The Secret of Life

Rahasia Kehidupan

Quotes by

SHI NENG XIU
(BHIKSU SAKYA SUGATA)

Untuk kalangan sendiri dan tidak diperjualbelikan

Bhiksu Sakya Sugata (釋能修) atau kerap dipanggil dengan sebutan Suhu Neng Xiu, lahir di Tangerang, 7 Agustus 1977, sebagai anak sulung dari lima bersaudara. Ia mulai mengenal agama Buddha saat duduk di bangku SMP dan langsung jatuh cinta setelah menyadari ternyata Buddha Dharma mampu menjawab apa yang selama ini dicarinya. Sejak SMU sampai lulus kuliah, ia aktif membabarkan Dharma di vihara-vihara daerah Tangerang dan sekitarnya.

Saat kuliah bahasa di Beijing, beliau mulai mengenal Y.M. Bhiksu Bhadra Pala dan Buddhisme Mahayana. Sejak itu, beliau aktif dalam Organisasi Buddhis Mangala Beijing, China, Tahun 2002-2004.

Demi memperdalam lebih jauh lagi tentang Humanistik Buddhisme, beliau dikirim oleh Bhiksu Bhadra Pala untuk belajar lebih lanjut di Fo Guang Shan Tsung Lin University, Taiwan, 2004-2008.

Beliau mendapatkan penahbisan sebagai seorang Sramanera di Vihara Dharmasagara-Jakarta pada tanggal 5 Februari 2006 dengan Bhiksu Bhadra Pala sebagai Guru. Pada Tanggal 22 November 2011 beliau mengambil Upasampana Bhiksu di Vihara Da Xian, Taiwan. Sejak 2008 sampai sekarang, Bhiksu Sakya Sugata berdomisili di Mudita Center (喜來寺), Sunter, Jakarta Utara Indonesia.

Sejak kembali ke Indonesia, beliau aktif membabarkan Dharma melalui serangkaian aktivitas ceramah dan talkshow di berbagai daerah. Serta kerap menulis renungan harian yang disebarkannya melalui sms, bbm, dan facebook. Buku ini, yang merupakan kumpulan tulisannya merupakan buku keduanya. Buku pertama beliau berjudul "Sahabat Kehidupan".

The Secret of Life

Rahasia Kehidupan

Penulis

Bhiksu Sakya Sugata

(Shi Neng Xiu)

Editor

Yuliany Kurniawan

Design Cover dan Layout

Yanti Kumalasari

Cetakan I, September 2013

Pusat Pelayanan

Mudita Center

Jl. Bisma Raya Blok A No.68, Sunter Agung

Jakarta Utara 14350

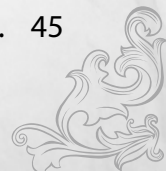
P : +6221 65305315, F : +6221 65305314

Sms Center : +6281808 MUDITA (683482)

Email : mudita.center@yahoo.com

www.muditacenter.com

Daftar Isi

Kidung Kehidupan 9
Kerajaan Surga 11
Skenario 13
Butiran Kebahagiaan 15
Kesadaran 17
Ekspresi Jiwa 19
Sahabat Cahaya 21
Sekolah Kehidupan 25
Virus Pikiran........ 29
Rumput Liar 31
Kebaikan Hati 33
Ehipassiko 35
Harmonisasi Alam 37
Kebodohan Batin 39
Ada dan Tiada 41
Bibit KeBuddhaan 43
Harta Duniawi 45

Supranatural 47
Kucing 51
Baik dan Buruk 55
Pilihan 57
Ketika Cincin Bicara 63
Katak dan Kumbang 71
Galau 73
Aku 75
Dua Sisi Koin 77
Membantu 79
Tiga Akar Kejahatan 81
Mudita 83
Tanpa Aku 85
Pencerahan 87
Bibit Cinta 89
Ego 93
Warna Hidup 95
Peran.. 97
Cinta Mati 99
Pejuang Kehidupan 103
Berbuat Baik 105
Sebait Pesan 107
Just Do Your Best 109
Fenomena 111
Karma 113

Arti Hidup 115
Cinta Jadi Benci 119
Kegelapan Batin 121
Impian 123
Bersyukur 125
Air 127
Batu Berharga 129
Jasa Orang Tua 131
Siklus Kehidupan 133
Mentari Bersinar 135
Embun Surgawi 137
Belenggu Dunia 139
Warna Warni 141
Good Mood 143
Tersenyumlah 145
Proses Kehidupan 147

Sekapur Sirih

Namo Amitofo,

Penyelarasan antara pikiran, ucapan, dan tulisan melebihi kata-kata yang tertuang di dalam buku.

Quotes yang dibaca ini, akan jauh lebih hidup apabila tidak sekedar menikmatinya melalui mata dan pikiran, tetapi seraplah dengan kelembutan hati dan transformasikan melalui tindakan dan sikap kita pada lingkungan dan kepada semua makhluk.

Berkaryalah demi semua makhluk tanpa pernah merasa telah berkarya.

With Mudita,

Bhiksu Bhadra Pala
(釋賢秉)

Sejumput Pinang

Sebenarnya, semesta tidak pernah merahasiakan apapun pada setiap kehidupan.

Ilusi tabir ke"Rahasia"an mulai terasa tatkala kita berdiam dalam dua kondisi:

Pertama, lupa bagaimana cara yang tepat dalam memahami semesta, seperti seorang yang membongkar kecapi untuk menemukan letak keindahan suaranya

Kedua: menolak untuk menerima indahnya kebenaran semesta yang tanpa rahasia karena melekati pandangan salah yang menyengsarakannya, bagai ayah yang menolak kembalinya anak yang hilang karena telah terlalu meyakini kematian anaknya..

Hyang Guru Buddha Sakyamuni, adalah Maha Guru semesta yang dalam keagunganNya, menyatakan dengan jelas bahwa:

Kita perlu membebaskan diri dari kungkungan ilusi kerahasiaan yang semata disebabkan ketidakpahaman (avidya)

Semesta adalah bentukan kesempurnaan pikiran kita, tentunya tidak ada yang pada dasarnya tidak diketahui batin, asalkan kita mau mencari semua jawaban di tempat yang tepat, yaitu: “dasar batin tanpa inti”.

Semoga semua makhluk yang sejatinya sekedar terbentuk atas ilusi “kerahasiaan” kehidupan, senantiasa terbebas dari ilusi ketakutan, segera mencerap ketiadaan berbagai ilusi, sehingga dapat mengecap kebahagiaan tak terkatakan, Nirvana.

Sarva Sattva Bhavantu Sukhitatta
Semangat Shi Xiong...

Amitofo,

Sramanera Sakya Vipula
(释能广)

Seiris Gambir

Namo Amitofo,

Terima Kasih kepada Guru saya Y.M. Bhiksu Bhadra Pala atau yang biasa kita kenal dengan Suhu Xian Bing yang selalu memberi kesempatan bagi kami murid-muridnya untuk berkarya dan mendorong kami untuk terus melangkah maju dalam Buddha Dharma.

Juga ucapan terima kasih kepada adik seperguruan saya, Sramanera Sakya Vipula (Sami Neng Guang) yang telah banyak memberikan wawasan baru bagi saya dalam melihat kehidupan dan dunia apa adanya.

Sejak saya belajar di Buddhist College, kami telah dibiasakan belajar, bekerja, merenung, menulis, dan mempraktekkan Dharma dalam keseharian aktivitas kami, sehingga kebiasaan menulis sudah meresap ke sanubari. Semua ini tidak terlepas dari bimbingan dan arahan dari para Guru, teman, dan sahabat dalam perjalanan hidup ini, sehingga inspirasi-inspirasi untuk menulis bisa terus mengalir.

Tulisan-tulisan dalam buku ini sebenarnya adalah tulisan untuk memotivasi diri sendiri yang masih dalam proses

belajar, proses pematangan, dan proses pendewasaan sebagai seorang sramana yang berjuang menaklukkan 'Sang Ego'.

Semoga buku ini dapat bermanfaat bagi kita semua, yang masih belajar dan terus belajar. Semoga *sharing* Dharma ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Terima Kasih kepada semua pihak yang dengan penuh cinta kasih mewujudkan terbitnya buku ini. Karena ide dan jerih payah mereka, maka buku ini dapat diterbitkan bersamaan dengan acara Talkshow yang berjudul *"The Secret Of Life and Death"*. Dan, tema *"The Secret of Life"* menjadi inspirasi dari judul buku ini.

Ungkapan Kasih dengan sujud dan bakti kepada Para Buddha dan Para Bodhisattva yang telah membangkitkan semangat saya untuk tetap melangkah di dalam Jalan Bodhisattva demi membangkitkan Bodhicitta untuk menolong diri sendiri dan menolong semua makhluk yang membutuhkan.

Semoga semua makhluk hidup berbahagia.

Salam Mudita,

Bhiksu Sakya Sugata
(釋能修)

Terima Kasih Kepada Para Buddha, Para Bodhisattva, Para Guru, Para Orang Tua, Para Sahabat, Saudara dalam Dharma yang telah memberikan insiprasi bagi torehan tulisan ini. Jasa-jasa kebajikan ini dilimpahkan kepada Semua Makhluk di Semesta ini.

Perhatian...

Cemberut, bete dan badmut,
dapat menyebabkan ribut,
bahkan tubuh menciut,
kaya liliput,
muka keriput,
kaya cecurut,
jalan nggak bisa ngebut,
kaya siput.

Jadi mending kita pasang muka imut.

Belajar untuk menjadi manusia yang jauh lebih baik, lebih bijaksana, dan memiliki kasih sayang dan cinta kasih. Semua halangan adalah perkembangan dari bentuk-bentuk kemajuan batin. Jadikan setiap masalah sebagai bentuk pengembangan kematangan dalam pola berpikir dan bertindak.

Sebenarnya kehidupan itu tidak ada yang rahasia. Hanya karena tertutup oleh Kekotoran Batin dan tersembunyi dalam Ketidaktahuan. Betapa lelahnya Sang Pikiran yang terus mencari jawaban keluar dari dalam diri, padahal kunci dari semua itu telah ada di dalam diri.

Mengapa terus mengembara mencarinya? Bila saja kita mau mengubah cara berpikir, mencoba melihat ke dalam diri, dapat menerima kenyataan hidup apa adanya, dan pencerahan-pencerahan kecil bisa kita dapatkan berupa kunci-kunci kehidupan untuk membuka harta karun di dalam hati.

-Shi Neng Xiu (Bhiksu Sakya Sugata)-

Kidung Kehidupan

Mengapa mengeluh, mengapa sedih, mengapa stres? Bila mengenal hakekat hukum alam, bahwa segala sesuatu yang berkondisi pasti akan berubah. Mengapa harus sampai ada niat bunuh diri?

Ketahuilah akibat dari bunuh diri akan menyebabkan penderitaan panjang yang tiada akhir. Tiada orang suci yang hebat sekalipun mampu menolong mereka yang meninggal karena bunuh diri. Kehidupan saja tidak dihargainya, bagaimana mau diberi kehidupan baru? Maka sebaiknya kita tetap semangat menjalani hidup ini.

Hidup penuh dengan variabel perubahan. Yang baik jangan takabur, yang sedang di bawah jangan patah semangat. Yang sakit semoga cepat sembuh, yang sehat jagalah kesehatan.

Yang gagal, pasti bisa sukses bila terus bersemangat. Yang sukses, jagalah diri dan batin kita, dan jangan takabur.

Yang pemarah bisa menjadi lebih penyayang. Yang sudah penyayang, milikilah semangat bodhisattva untuk menolong sesama. Yang putus asa, ingatlah sebelum putus nafas masih banyak jalan keluar menuju kebahagiaan. Yang sudah tersadarkan, harus memberi motivasi bagi yang lainnya. Yang lemah bisa menjadi tegar. Yang tegar dapat menopang dan menyemangati yang lemah.

Bila harus meninggal semoga langsung ke tanah suci sukhavati, dan terus berjuang sampai mencapai kesempurnaan. Hukum semesta tidak akan pernah menyimpang dan mengecewakan, bila kita mampu menyadari hakekatnya.

Mengapa harus membenci, bila sebuah kebencian akan menghasilkan milyaran penderitaan karena dibenci? Ibarat satu biji jeruk, mampu menjadi pohon dan menghasilkan milyaran biji jeruk baru setelah melewati proses panjang perjuangannya. Demikian dengan tekad, niat, dan perbuatan baik, sekali saja menanam di ladang kebajikan, akan berbuah milayaran kali buah kebahagiaan. Mengapa kita tidak menjadi lebih semangat?

Kerajaan Surga

Kerajaan Surga tidak perlu menunggu setelah kematian, tidak perlu harus dengan perjanjian. Surga ada di hati setiap manusia, saat mampu merasakan ketenangan, saat mampu berbahagia, hidup saling mencinta, saling berbagi, saling memahami, bebas dari kebencian, bebas dari keserakahan, iri hati, dan kemarahan.

Bila setiap manusia menciptakan surga di hatinya masing-masing, maka tempat di mana mereka berdiam akan menjadi tanah surga, kehidupan tanpa perang, tanpa kejahatan, tanpa ketakutan, kebencian. Itulah kerajaan surga. Hidup damai penuh dengan berkah.

Bila tanah ini tercemar oleh darah pembunuhan, oleh darah pembantaian, oleh darah karena permusuhan dan kebencian, maka kondisi surga dunia saja sudah tidak bisa diciptakan, bagaimana mengharap surga setelah

kematian?

Bila memegang janji untuk tidak membunuh, tidak mencuri, tidak berbuat asusila, tidak berdusta, tidak mabuk-mabukkan saja sulit dijaga dan direalisasikan bagaimana kebahagiaan surga bisa didapat?

Hidup tanpa membenci, tanpa menyakiti, penuh cinta, damai, tenang dan kebahagiaan itu muncul, semuanya bukan tanpa sebab. Diawali dengan kebesaran hati, diawali dengan kerendahan hati, diawali dengan ketulusan dan kasih sayang maka dengan seiring waktu akan terciptalah kebijaksanaan.

Belajar dan terus belajar untuk menggunakan akal sehat daripada perasaan dan dogmatis yang dapat menyebabkan perselisihan dan peperangan.

Tiada cinta yang dapat memuaskan semua pihak, selain cinta kasih yang universal. Cinta yang tidak memiliki, cinta yang tidak menuntut, cinta yang tidak ada batasnya.

Skenario

Ada orang yang senang membuat baju. Dengan meteran, penggaris, pensil, gunting, benang, dan mesin jahit, hanya dalam waktu yang singkat telah jadi satu karya baju nan indah.

Ada yang senang melukis. Dengan kanvas, cat, serta kuas sudah mampu menuangkan semua inspirasi di benaknya. Ada yang senang membuat kue. Segala macam kue telah dihasilkannya. Ada yang senang menulis. Dengan tinta dan kertas mampu meluapkan segala bentuk perasaan dalam bentuk cerita, baik cerita sedih, senang, atau pun romantis. Semua tergantung perasaan dan skenario yang diinginkan.

Bila senang berbuat baik, ia pasti mampu memberikan warna warni hidup kepada dirinya dan orang lain. Tanpa harus mengatakan akulah yang paling hebat,

aku yang paling baik, aku yang nomor satu, aku yang harus dipuji. Bila saja ia melakukannya maka semua pahalanya pun akan hilang.

Tetapi kalau yang senang marah, apa yang dihasil-kannya? Hanyalah kekecewaan, sakit hati, pemerasan emosi, dan penyakit. Tiada satupun efek positif dari pikiran negatif.

Pada dasarnya semua orang sedang membuat skenario bagi dirinya, tetapi banyak yang menganggap skenario itu sungguh terjadi dalam hidupnya. Walau hanya lakon belaka, tetapi dirasakan benar-benar menjadi nyata. Ten-tunya pembuat masalah bagi dirinya bukanlah orang lain, juga bukan orang lain yang menghancurkan hidupnya. Melainkan diri sendiri yang larut dalam permainan yang tidak jelas dalam kehidupan ini.

Cepat sadari untuk berubah, dan jangan patah semangat di kala kegagalan itu datang.

Mari bekerja dengan giat karena kesuksesan tinggal di ambang mata, buka mata hati. Dan di sana kita men-dapat jawaban dari kebahagiaan sejati di dalam hati.

Butiran Kebahagiaan

Saat sedih, jangan terlalu bersedih. Saat senang jangan terlampau bahagia. Karena dalam kesedihan terdapat banyak butiran-butiran kebahagiaan yang menguap, sampai kembali menyublim dan mencurahkan kembali hujan kebahagiaan.

Saat bahagia harus terus ingat berbuat baik, agar pohon kebajikan terus tumbuh subur. Walau kesedihan pasti akan datang menghadang setidaknya jasa-jasa kebajikan yang berbuah mampu mengurangi bentuk-bentuk kesedihan yang ada.

Hidup itu memang penuh makna, bila kita mau membuka mata hati, maka setiap pelajaran hidup akan mampu mendidik kita menjadi lebih matang dan bijaksana. Pelajaran yang sulit, walaupun harus dilalui dengan terseok-seok, tetapi bila akhirnya mampu dile-

wati maka penderitaan yang sulit pun sirna berganti kebahagiaan yang tiada taranya.

Pelajaran demi pelajaran pasti akan memperkaya nilai-nilai kehidupan kita.

Jangan patah semangat dan teruslah berjuang menjalani jalan yang masih panjang, yang harus ditempuh dengan kesabaran, keuletan, dan tekad. Sampai semua mampu mencapai tujuan.

Kesadaran

Bila saja ada kesadaran untuk bangkit, maka seseorang pasti bisa bangkit. Bila saja ada kesadaran untuk berubah, maka semua orang pasti akan berubah. Bila saja ada kesadaran untuk meninggalkan semua sifat dan karakter yang buruk, maka yakinlah semua juga pelan-pelan bisa belajar. Bukan untuk menjadi orang lain, hanya menemukan sosok yang berbeda dari diri sendiri yang sesungguhnya, yah kita sendiri. Pengenalan diri, pengembangan diri, pengendalian diri, dan penyesuaian dari perubahan diri, sangat diperlukan oleh siapapun yang ingin maju dalam batinnya.

Saat bahagia, kita menyadari kebahagiaan itu juga berubah dan menghargai setiap kebahagiaan yang didapatkan. Saat sedih, kita mampu melihat sumber dan penyebab dari kesedihan itu sendiri. Kita harus mampu menganalisanya. Karena kesedihan yang kita

pikir karena faktor dari luar, faktor orang lain, ternyata sesungguhnya akar permasalahannya justru dari dalam diri kita sendiri.

Nah, yang mampu menyelesaikan tuntas semuanya juga diri sendiri. Bila diri sendiri tidak mau menerima saran dan masukan dari orang lain, yah bagaimana kita bisa maju?

Saat kedewasaan berpikir dan bersikap itu muncul, tentunya banyak cara yang dapat membangkitkan kematangan itu sendiri. Ada yang menyakitkan, menyedihkan, membuat down. Ada yang membutuhkan usaha keras, menguras pikiran dan air mata, ada juga yang muncul ketika kita memperhatikan keluar masuk nafas.

Intinya kesadaran dapat terjadi setiap momen, hanya saja kita mungkin tidak menyadari dan membiarkan kesempatan untuk mengubah hidup kita berlalu begitu saja. Mari kita berjuang untuk menjadi pahlawan kehidupan dengan menaklukkan musuh terbesar yang ada dalam diri sendiri.

Ekspresi Jiwa

Tertawa, Senyum, Marah, Jengkel, Cemberut, Kesakitan, Menangis. Semua adalah ekspresi dari emosi baik yang positif maupun yang negatif. Tentunya muncul dari bentuk-bentuk pikiran, bermain dalam perasaan, lalu disimpan dalam gudang kesadaran, distempel dengan *"like"* and *"dislike"*. Tentunya bagi diri sendiri tidak masalah, ekspresi itu adalah spontan adanya, muncul dengan apa adanya.

Akan Menjadi masalah saat berhubungan dengan orang lain, atau menjadikan orang lain sebagai saluran pembuangan 'emosi negatif', atau memang sedang ribut dengan orang lain, sepertinya perang dunia akan terjadi kembali.

Sebaliknya, bila memancarkan semua 'emosi positif' kepada orang di sekitar kita dengan senyum dan tawa

yang tulus, maka hasilnya adalah semua orang akan terkena radiasi cinta dan kasih sayang yang universal. Semestinya bumi akan terasa semakin sejuk karena semua terasa begitu bahagia.

Mau bahagia atau tidak, itu hak pribadi kita. Tetapi yang negatif cukup dirasakan sendiri saja. Yang positif, kita saling berbagi. Dengan berbagi hal-hal yang positif, maka perlahan kesedihan kita akan berkurang, karena radiasi kebahagiaan sesungguhnya mampu meluluhkan kesedihan.

Sahabat Cahaya

Saudara kandung ada yang seperti teman atau sahabat, ada yang sangat dekat, saling mengerti, saling mengingatkan, saling bekerjasama, saling peduli, dan saling menjaga orang tuanya.

Ada juga hubungan sesama saudara yang terasa jauh, kadang antara saudara tidak mengerti jalan pemikiran dan sifat masing-masing. Rasanya justru bisa seperti orang lain yang baru kenal. Bahayanya bila saudara kandung sudah seperti musuh, yang pasti merasa pusing tentunya orang tua. Saling rebutan warisan, bahkan saling menghasut dan menghancurkan.

Padahal berasal dari orang tua yang sama, ibarat satu pohon buahnya punya rasa yang berbeda.

Tidak ada orang tua yang membeda-bedakan anaknya,

walau anak-anaknya tentu banyak perbedaan. Tetapi betapa sedih orang tuanya bila anak-anaknya tidak harmonis. Dan sebaliknya, betapa bangga orang tuanya bila hubungan antar anak-anaknya sangat harmonis.

Hubungan teman dan sahabat ada yang seperti saudara, terasa sangat dekat dan benar-benar melekat di hati. Dalam kesusahan bahkan akan menjadi memberi semangat bagi kita.

Ada juga teman yang hanya setia hadir di saat kita senang dan paling cepat menghilang di saat kita mengalami kesusahan. Hanya ibarat semut yang cepat datang bila ada serpihan gula manis.

Dan bahayanya bila teman atau sahabat telah menjadi musuh. Mereka paling tahu segala kelemahan kita, dan menjelek-jelekkan di luar. Ibarat pagar makan tanaman. Kondisi yang seperti ini sangat menyedihkan.

Tentunya seorang Kalyana Mitra (Sahabat Sejati) akan mampu menjaga sahabatnya dari hal-hal negatif, bertindak penuh dengan cinta kasih dan kasih sayang yang sepenuh hati.

Semoga kita semua memperoleh saudara dan teman serta sahabat yang baik, yang sehati, yang benar-benar membimbing kita ke cahaya terang kehidupan, bukan

sebaliknya menghancurkan dan memporakporandakan hidup kita. Mari menjaga hati saudara dan sahabat agar selalu ada di hati.

Tujuan kita sekolah dan belajar adalah untuk mendapatkan pengetahuan, mengasah ketajaman otak kita, mencari ilmu, dan mendapatkan gelar. Tetapi di luar bangku pendidikan, kita bisa belajar dari orang-orang di sekitar kita, termasuk orang-orang kecil yang sesungguhnya punya jasa besar bagi kelangsungan hidup orang banyak.

Sekolah Kehidupan

Ada seorang anak yang sejak kecil selalu ditanamkan ayahnya untuk belajar, belajar, dan belajar. Awalnya ia sangat bersemangat dan takut ayahnya marah, maka belajarlah ia dengan giat. Saat SMA ia merasa belajar hanyalah untuk mengejar nilai dan prestasi, bukan menambah pengetahuan, karena pengetahuan yang ia dapat di sekolah toh tak perlu untuk diterapkan di rumah dan di lingkungan. Demikian sampai ia kuliah S1 Sarjana Teknik Mesin, sampai meraih S2 di bidang yang sama.

Saat bekerja, ternyata yang diperlukan hanya se-perberapanya dari semua yang dipelajari dari bangku sekolah sampai bangku kuliah. Karena ternyata pengalaman jauh dari segala teori dan pengalaman itu bukan hanya sekedar coretan di atas kertas. Nyatanya operator mesin tempatnya bekerja, yang notabene lulusan

STM atau SMK jauh lebih berpengalaman, terampil dan cekatan di perusahaan tempat ia bekerja. Teknisi lebih mengenal mesin dan kendalanya. Bahkan terkadang hanya dengan mendengar suara mesin sudah tahu apa kerusakannya.

Bahkan lucunya hanya dengan satu sentuhan kecil ke mesin, bisa membuat mesin menyala kembali. Alhasil, ia menjadikan teknisi, operator, dan mekanik sebagai gurunya. Ia belajar dari bawahannya. Dan ternyata semua teori yang rumit hanya membuat otak manusia berpikir tidak simpel. Padahal prakteknya hanya membutuhkan ketenangan, kehati-hatian, konsentrasi, dan sedikit pengalaman saja.

Hal yang simpel ternyata kita sendiri membuatnya menjadi rumit.

Pelajaran yang didapat di sini adalah, tujuan kita sekolah dan belajar adalah untuk mendapatkan pengetahuan, mengasah ketajaman otak kita, mencari ilmu, dan mendapatkan gelar. Tetapi di luar bangku pendidikan, kita bisa belajar dari orang-orang di sekitar kita, termasuk orang-orang kecil yang sesungguhnya punya jasa besar bagi kelangsungan hidup orang banyak. Jangan sombong dan tinggi hati.

Belajarlah dari siapa saja yang memang berpengalaman di bidangnya. Jangan malu dan takut untuk bertanya dan belajar, karena pengalaman adalah guru yang paling baik.

Tundukkanlah harga diri kita, maka kita akan dimulia-kan tanpa bisa dinilai dengan harga berapa pun. Selamat belajar

Virus Pikiran

Pikiran itu dashyat dan memang luar biasa. Begitu kebencian bersarang di dalamnya, susah dibuang atau tidak dipikirkan. Kebencian itu menyita banyak memori dalam gudang pikiran kita. Seperti virus komputer yang selalu menjelajahi sisi pikiran kita, mencemari sisi ruang batin kita. Sampai suatu saat siap meledak dan menjadi suatu kekuatan dahsyat, baru kita semua kebingungan menghadapinya.

Sakit hati juga sama, bercokol dalam relung batin ini. Memakan saraf-saraf kesabaran, saraf-saraf cinta, bahkan urat-urat kasih pun bisa putus karena sakit hati ini. Bila saja kita mau untuk merenung sejenak, 'sakit hati' itu cuma perumpamaan, tidak ada hati yang benar-benar sakit. Kalau beneran sakit 'hati' namanya sakit Liver, dan tentunya sudah masuk rumah sakit kali yah? Semua itu ternyata hanyalah 'ego' kita yang tersayat,

‘harga diri’ kita yang terluka, atau merasa terinjak dan tertindas. Ini baru tercabik-cabiknya ‘keangkuhan’ dan ke’aku’an yang membuat kita tersiksa.

Jadi bagaimana agar tidak sakit hati? Jangan banyak ‘makan hati’ dan selalu ‘hati-hati’lah dalam setiap tindakan agar selalu menjadi orang yang ‘baik hati’ yang sudah pasti memiliki ‘hati yang sehat’. ‘Sehat lahir batin’ ini jurus awet muda loh. Jadi jangan mikir yang jelek-jelek terus, terus mikir yang ruwet-ruwet. Percuma, karena hanya membuat cape.

Apa yang sudah berlalu yah sudah tak bisa diulang. Jadi, ngapain dipikirin? Kalau mau mikir, yang positif aja! Yang negatif mah ngapain dipikirin? Hanya buang-buang energi dan air mata.

Tulisan ini juga hanya sekedar iseng-iseng berhadiah. Siapa tahu memang ada yang lagi sakit hati. Mudah-mudahan bisa sembuh, sehat hatinya, terobati luka hatinya, terhentilah air matanya. Jangan habiskan air matamu, mata air saja bisa habis apalagi air mata yang persediaannya nggak banyak.

Rumput Liar

Rumput Liar memiliki semangat hidup yang luar biasa, sangat liar, sebentar saja sulit dikendalikan, tumbuh bebas, dan berkembang biak sangat cepat. Bila dicabut tidak kena ke akarnya, sebentar saja akan tumbuh kembali. Semakin dicabut semakin menjalar dan tumbuh subur. Bila tidak diperhatikan, tiba-tiba daerah kekuasaannya semakin melebar.

Bila semangat hidup seseorang diibaratkan rumput liar ini, maka hidup mau susah seperti apa, ia akan terus berjuang dan berusaha, pantang mundur dan tetap semangat. Semakin tinggi tingkat kesulitan hidup, semakin keras juga ia berjuang mencari celah untuk dapat bertahan hidup. Memutar otak dan banting tulang, untuk mendapatkan semua peluang dan kesempatan agar hidupnya bertambah lebih baik.

Tetapi seseorang yang keras kepala, kaku, dan konsep serta pola pikirnya seperti rumput liar ini, bisa sangat berbahaya, bisa juga bermanfaat. Bahayanya, ia semakin dilarang, semakin menjadi-jadi. Semakin dibatasi semakin berontak. Semakin dijaga semakin liar, dan menggunakan setiap kesempatan untuk hal yang membahayakan dirinya dan orang lain dengan hal-hal negatif.

Disebut bermanfaat bila semangat dan kekuatan dari orang tipe ini jika diarahkan ke arah yang positif dapat sangat berguna bagi orang banyak.

Rumput oh rumput, walau sering diinjak-injak, dicabut, ditelantarkan, tetapi merupakan sumber makanan bagi binatang yang senang merumput. Energi bagi kehidupan satwa pemakan rumput. Karena rumput, kuda, sapi, kerbau dapat bekerja, demi kebutuhan manusia. Artinya jangan pernah memandang remeh terhadap sesuatu yang kelihatan merusak, tidak bermanfaat, selama kita belum mengetahui kekuatan dan manfaatnya. Karena dalam kehidupan ini besar-kecil, baik-buruk, semua memiliki arti dan maknanya masing-masing. Bebaskan pikiran kita dari negativitas, semua bisa akan sangat bermanfaat.

Kebaikan Hati

Awali hari ini dengan pikiran baik, ucapan baik, dan perbuatan baik.

Tujuan yang baik akan mendapat berkah dan keberuntungan yang datang entah dari mana. Karena pikiran yang baik akan menarik semua unsur dan gelombang yang baik pula. Dan sebaliknya, hal yang jelek akan terjadi bila pikiran kita dipenuhi oleh hal-hal yang negatif.

Bila masa lalu telah terjadi dan tak bisa diulang kembali, biarlah semua itu terjadi. Bila masa kemarin baru saja terjadi, selama masih bisa diperbaiki, agar masa mendatang tidak terulang kembali.

Bila kita memiliki sesuatu yang mengganjal, keluarkanlah ganjalan itu sebelum kita terganjar. Bila kita

memiliki kesalahan, akui kesalahan dan minta maaf pada yang bersangkutan, agar tidak terjadi salah paham berkepanjangan. Sungguh mudah menilai seseorang, tetapi sulit menilai dan mengerti diri sendiri. Sebenarnya, jika mengerti diri sendiri saja sulit, lantas bagaimana kita bisa mengerti perasaan orang lain?

Ehipassiko

Deburan ombak di laut, memberi suasana dan energinya sendiri, ditambah dengan sinar mentari yang mulai terbit, memberi kehangatan tersendiri bagi dunia. Semilir angin nan sepoi-sepoi memberi harapan akan sebuah kedamaian.

Deburan emosi demi emosi di dalam hati, akan membuat diri tidak terkendali, tak ada jiwa yang tenang dan damai. Hari-hari pun akan berjalan sangat lambat, rumah terasa bagai neraka. Orang terdekat laksana musuh. Sedang musuh besar dalam dirinya sendiri, tidak disadari. Janganlah karena marah dan benci, mengharap makhluk lain celaka. Berbuatlah untuk mengisi ladang hati dengan hal yang indah. Bunga-bunga cinta di hati, semilir angin kesejukan jiwa, ombak perasaan yang menghanyutkan jiwa nan bahagia. Yang ada adalah rasa nyaman dan tentram di hati.

Buanglah amarah, benci, emosi, dan ketidaktenangan jiwa. Karena yang negatif hanya akan memberikan penderitaan. Ubahlah energi negatif menjadi energi positif agar berguna bagi kehidupan, hidup kita pun akan jauh lebih hidup.

Datang... Lihat... Buktikan.

Inilah yang dikerjakan oleh orang Bijak, ia akan membuktikan terlebih dahulu dibanding percaya begitu saja.... Mari analisa ombak-ombak perasaan, emosi, dan amarah di hati kita semua....

Dan, jadikan semua itu sebagai pelajaran bagi kehidupan kita untuk belajar menilai yang salah sebagai kesalahan, dan yang benar sebagai kebenaran. Walau ada juga yang menyatakan kebenaran itu belum tentu benar, dan kesalahan itu juga belum tentu salah. Oh yaaa? Silahkan buktikan sendiri....

Harmonisasi Alam

Dunia makin panas, terik dan gersang. Tumbuhan terlihat menguning dan tak bergairah,

Burung-burung panik terbang kian kemari mencari lahan hijau. Semakin sulit menemukan keharmonisasian alam. Hutan ditebang untuk kepentingan pribadi. Air bersih semakin sulit dan semakin mahal. Jangan biarkan air minum lebih mahal dari bensin.

Air, udara, matahari, tanah, dan segalanya adalah gratis. Untuk dipakai dan dimanfaatkan manusia. Hanya karena keserakahan manusia, semua dihitung dengan mata uang. Sampai nanti udara bersih pun menjadi mahal. Semua itu dapat diperjualbelikan. Siapa ada uang, mampu membeli dunia beserta isinya. Tetapi tetap saja tak mampu membeli kebahagiaan dan kebijaksanaan.

Kehidupan bukan hanya sekali saja. Lingkaran tumimbal lahir tetap akan berjalan. Jagalah alam kita saat ini. Jangan sampai, nanti saat terlahir kembali di bumi ini semua sudah gersang. Tak ada taman, hutan, serta paru-paru kota. Semua menjadi seperti kota abad modern. Makan minum hanya dengan satu tablet. Semua pakai masker oksigen. Seperti film-film masa depan yang canggih tetapi gersang.

Demikian gambaran yang ada bila kita mengabaikan kelestarian lingkungan dan terus merusak alam ini. Menjadi baik itu mudah kok, mulailah dari menjaga hati. Siapa yang hatinya terjaga, maka ia akan menjaga lingkungannya. Semua pasti akan terlindungi dengan cinta kasih dan kesabaran. Syukur-syukur, semua bertekad terlahir di alam bahagia.

Menjadikan bumi sebagai tanah suci tempat melatih diri, maka tanah suci para Buddha akan terwujud, saat menutup mata dan berhentinya hembusan nafas.

Amitofo..Amitofo..Amitofo

Kebodohan Batin

Perasaan tidaklah kekal, selalu berubah dan terus berubah. Dikatakan tidak punya perasaan, malah sesungguhnya seseorang memiliki perasaan yang sangat sensitif. Saking sensitifnya dikatakan tidak berperasaan. Artinya lebih dashyat dari orang yang berperasaan.

Persepsi muncul dari apa yang kita lihat, apa yang kita rasa, apa yang kita dengar, apa yang kita cium, apa yang kita sentuh dan apa yang kita pikirkan. Tepatnya, muncul dari 6 landasan indria. Persepsi ditambah dengan perasaan akan menjadi sebuah skenario hebat, kelihatannya menjatuhkan lawan, tetapi salah persepsi akan menghancurkan diri sendiri.

Kesadaran bisa menjadi sangat kuat, bisa menjadi sangat lemah. Kesadaran yang didasari emosional, menjadikan seseorang gelap mata. Kesadaran yang di-

dasari persepsi dan perasaan, bila benar akan menjadi kekuatan dari batin itu sendiri. Tetapi, bila diikuti oleh persepsi dan perasaan yang salah dan negatif, kesadaran bisa menjadi memabukkan.

Dikatakan cemburu itu baik dan membangun, karena masih ada cinta dan sayang.

Tetapi, cemburu buta itu pasti akan sangat menghancurkan. Selain menghancurkan orang lain, efek terbesarnya adalah diri sendiri.

Bila sesungguhnya tiada indera, tiada perasaan, tiada persepsi, tiada kesadaran, dan sesungguhnya tiada cemburu, senang dan tidak senang. Mengapa harus melekatinya, membawanya dalam hati sampai terbawa mati? Karena semua hanyalah kekosongan yang tanpa inti, tetapi karena hati yang tercemar oleh kebodohan batin membuat semuanya menjadi nyata. Bukan membawa kebahagiaan, tetapi menjadikan beban hidupmu bertambah berat.

Ada dan Tiada

Antara ada dan tiada. Dikatakan ada karena selalu eksis, dikatakan tiada karena fisiknya tidak dapat selalu ditemui. Ada dan tiada sesungguhnya tidak berbeda.

Saat ada hampir jarang dipikirkan, saat tiada dicari pun hanya kenangan yang dapat dilihat.

Masih perlukah melekat dengan ada dan ketiadaan? Manusia semasih hidup, jarang diperhatikan, sesudah meninggal memberikan persembahan yang terbaik pun tak mampu menggantikan perlakuan dan pelayanan se-waktu seseorang itu masih hidup.

Saat Ceng Beng semua orang ke kuburan, yang dilihat hanya batu nisan dan tumpukan tanah. Tiada yang dapat diajak bicara. Hanya dua keping uang logam alat komunikasi, untuk bertanya sudah cukup atau

belum. Serta berbagai persembahan bagi mereka yang membutuhkan.

Makna terindah adalah kebersamaan, rasa bakti dari anak-anak yang berkumpul mendoakan leluhurnya. Mendoakan agar mereka senantiasa terlahir di alam yang lebih baik dan tak terlahir di alam menderita, memberikan laporan atas segala keturunan yang telah ada, dan cerita hidup setiap anak yang senantiasa mengharap berkah dari orang tua dan leluhurnya.

Inilah indahnya bentuk perhatian dan peringatan kepada mereka yang paling berjasa kepada kita.

Tetapi bila saat ini orang tua kita masih ada, masih sehat, berikanlah persembahan yang terbaik kepada mereka, yakni kasih sayang dan perhatian, serta makanan yang enak untuk mereka rasakan saat ini. Dan yang paling penting dari semua itu adalah ajaklah orang tua untuk mengenal ajaran kebajikan, agar semasa hidupnya memiliki tabungan kebajikan. Belajar untuk melakukan nian fo dan bertindak sesuai dengan ajaran kebenaran, agar nanti meninggal tidak kekurangan apapun dan menjadi penghuni tanah suci sukhavati nan bahagia.

Bakti yang terpenting adalah saat ini. Lakukanlah sekarang sebelum semua menjadi terlambat.

Bibit Kebuddhaan

Memberi bukan berarti kehilangan. Yang penting sebelum, pada saat memberi, dan sesudah memberi kita bahagia. Kekayaan yang sesungguhnya bukan uang, melainkan tabungan karma baik. Harta yang sesungguhnya bukan harta benda, melainkan kepuasaan, sifat rendah hati, ramah, dan kebajikan.

Bila kita mampu memiliki hati bodhisattva dan meyakini semua orang adalah calon Buddha, kepada siapa kita mampu untuk marah lagi? Kepada siapa kita bisa mendendam? Kepada siapa kita bisa berbuat jahat? Karena di hati kita sudah terbebas dari keraguan, tak penting bagaimana sikap orang lain terhadap kita. Yang penting adalah apa yang kita lakukan untuk orang lain. Karena semua orang memiliki bibit-bibit keBuddhaan. Apapun kesalahan yang dilakukan pasti karena debu-debu kekotoran batin. Saat batin telah terbebas dari

debu, saat itulah Para Buddha muncul di hati. Jangan menunggu orang lain menjadi Buddha, tetapi mari kita bertekad membangkitkan semangat bodhisattva, belajar peduli pada orang lain, belajar mengerjakan untuk kepentingan orang banyak. Kita adalah orang yang paling beruntung di dunia.

Beberapa saat lalu di sebuah vihara di Taiwan, saya berjumpa dengan seorang volunteer. Saat itu, saya berkata kepadanya, "辛苦你了". Xin Ku Ni Le (maaf, sudah menyusahkan anda) tetapi mereka malah berkata: "幸福我們的，不會辛苦的 Xing Fu Women De, Bu Hui Xing Ku De" (Merupakan kebahagiaan bagi kami, kami tidak merasa direpotkan). Artinya pekerjaan apa pun bagi mereka bukanlah sesuatu yang menyebalkan, merepotkan, atau sesuatu yang menyusahkan. Selama berbuat baik, mereka menganggap bahwa apa yang dikerjakan adalah berkah bagi mereka.

Harta Duniawi

Kita bisa memiliki banyak barang, keinginan yang tidak terpuaskan untuk terus mencari dan mencari kekayaan sebanyak-banyaknya, tetapi bisakah kita mengunakan semua dengan tepat, dan efisien? Bisakah kita mengoptimalkan semua fungsi dari milik kita? Apa yang kurang? Rasa syukur, puas, serta tahu berterima kasih. Ada pepatah yang berbunyi, "memiliki ratusan hektar sawah, tetapi hanya sejumput padi untuk dimakan sehari". Sama seperti halnya seseorang memiliki banyak rumah atau gedung mewah yang tersebar di setiap tempat, tetapi hanya butuh ranjang untuk tidur seluas ukuran ranjangnya. Dan hanya butuh peti seukuran badannya saja saat kematiannya.

Memiliki tetapi tidak dapat mengunakan apalagi menikmatinya, sama seperti kebau yang kerja keras seharian tetapi tidak pernah merasakan apa yang telah dikerja-

kannya. Kondisi alam, air terus menerus mengalir, udara ada sirkulasi, stock barang dan uang ada perputaran. Demikian juga halnya dengan kekayaan. Semua harus bisa berputar dari sepuluh penjuru dating dan dikembalikan manfaatnya ke sepuluh penjuru. Kekayaan kita berasal dari berbagai kondisi dan faktor, buruh, karyawan, pembeli, dan masyarakat. Jadi seharusnya kembali lagi dapat dirasakan untuk masyarakat banyak. Itulah konsep seorang dermawan, yang selalu harum namanya dan dihormati oleh orang banyak.

Kita datang ke dunia dengan tangan hampa dan saat meninggal dunia juga tiada apapun yang dapat dibawa, selain karma baik atau buruk yang menjadi warisan sejati. Kekayaan hanyalah sebuah sirkulasi di dunia, yang bila tidak dimanfaatkan untuk kepentingan kebajikan, tidak akan mengahasikan apa-apa.

“Memiliki harta banyak adalah orang yang kaya, mereka yang tahu cara menggunakannya adalah orang yang kaya dan bijaksana”

Renungan dari Master Hsing Yun, Disadur dan dibahasakan kembali Oleh NX.

Supranatural

Kekuatan Supranatural atau Kesaktian Oleh Master Hsung Yun.

Kehidupan manusia terdiri dari penderitaan dan ketidak-kekalan. Begitu banyak jenis masalah dan persoalan manusia yang sulit diatasi, dan biasanya manusia mencari cara untuk keluar dari problem kehidupan-nya, baik dengan berdoa kepada para Buddha, Bodhisattva, dewa-dewi dan orang suci lainnya. Bahkan ada yang mencari kesaktian, agar dapat memiliki kekuatan supranatural.

"Kekuatan Supranatural" adalah suatu kekuatan yang luar biasa, dapat diperoleh dari praktek Meditasi, dan hasil sampingan dari pengembangan spiritual. Hasilnya memang memiliki banyak kelebihan yang tidak dimi-liki oleh orang lain. Namun, apakah setelah itu kita

bebas berlalu sesuka hati? Dan bisa memiliki hidup yang damai? Rasanya belum tentu demikian.

Yang paling penting dari semua itu adalah praktek pengembangan spiritual itu sendiri dibanding keinginan memiliki kekuatan supranatural. Karena kekuatan supranatural yang terhebat pun tidak bisa menandingi dan melawan “karma”. Karena “karma” atau hukum sebab akibat adalah kekuatan yang paling hebat.

Yang Arya Mogalanna yang paling sakti saja tidak bisa membebaskan ibunya dari alam menderita, yang terjatuh karena ‘karma beratnya’. Memang, Yang Arya Moggalana dapat pergi dan mengunjungi semua alam sampai menembus neraka terendah. Tetapi, tetap tidak bisa mengubah karma berat Ibunya sendiri. Hanya dengan kekuatan bersama dari jasa kebajikan terhadap komunitas Sangha yang bisa mengantarkan ibunya menuju alam yang lebih baik.

Kekuatan Supranatural bukanlah segalanya. Kadang setelah memilikinya malah semakin terasa fenomenanya. Tadinya, kita tidak bisa membaca pikiran orang, setelah memiliki kekuatan itu, kita malah menjadi bingung, karena bisa mengetahui banyak orang yang lain di mulut lain di hati. Apakah kita bukannya menjadi sedih, di depan kita mereka begitu baik, namun di belakang ternyata begitu membenci dan mendendam kepada kita.

Biasa kita tidak bisa mendengar percakapan orang-orang tentang kita, tetapi setelah memiliki kekuatan tertentu, kita menjadi tahu semua hal, dan bisa mendengar penderitaan dan curhat dari alam lain, apakah kita tidak bertambah stres? Setelah mampu mengetahui kejadian yang akan menimpa seseorang, malah akan menjadi beban baru. Apakah dengan memiliki kemampun ini kita benar-benar bisa tenang dan tentram, bila tidak sanggup dan belum siap menerima semua fenomena yang ada?

Kekuatan Supranatural bukan hanya dimiliki oleh para Buddha, Bodhisattva dan para dewa-dewi saja, alam setan bahkan ashura pun memiliki kemampuan ini. Kemampuan alam untuk menyesuaikan pergerakan, perubahan iklim dan cuaca, musim, pergantian rotasi, evolusi bumi, juga merupakan kekuatan fenomenal Natural.

Saat ini, kita juga memiliki kemampuan hebat yang luar biasa, yaitu bisa telepati jarak jauh, dengan *telephone* ataupun *gadget* yang kita miliki, bisa terbang di angkasa dengan pesawat terbang, bisa meng-kloning diri menjadi banyak, bisa melihat semua kejadian di belahan dunia dengan televisi, internet dan lainnya. Semua itu adalah kekuatan supranatural yang bisa kita miliki seiring dengan perkembangan jaman.

Kekuatan Supranatural merupakan akumulasi dari pengalaman hidup manusia, juga merupakan hasil pelatihan dan kemampuan tertinggi dari manusia, tetapi bukan jaminan untuk hidup bahagia, karena kesaktian belum bisa menandingi kekuatan moralitas (sila) dan melampaui hakekat kekosongan tanpa Aku (Sunyata dan Annatta), serta kebijaksanaan tertinggi (Prajna) yang dapat membawa diri menuju pada Pembebasan Sejati.

Jadi, jangan gantungkan hidup kita pada kekuatan di luar diri, tapi jadikan diri sendiri sebagai pelindung yang sesungguhnya. Laksanakan Sila (latihan moralitas), Samadhi (meditasi) dan Prajna (kebijaksanaan) sampai pada mencapai Sunyata (kekosongan).

Kucing

Sering kali seekor kucing berjalan mantap dengan anggunnya bak putri istana. Terkadang, berjalan dengan berhati-hati, ataupun berlari-larian tidak jelas arah. Saat sedang santai, kucing akan melangkah tanpa beban, tidur tanpa peduli lingkungan sekitar, bermain sendiri dengan rumput dan lainnya. Hidup bebas tanpa ketakutan.

Tetapi, saat akan mencuri makanan, kucing menjadi sangat waspada, penuh curiga, dengan pandangan tajam, kuping peka, berjalan mengendap-ngendap melihat kiri melihat kanan, penuh cemas dan was-was.

Bila mereka berdua atau banyakan, yang satu akan sibuk berjaga, yang lainnya akan mengambil kesempatan untuk mencuri. Tetapi, masalah datang ketika mereka hendak berbagi makanan curian, antara satu

dengan lainnya bisa ribut dan bertengkar. Jarang yang bisa makan bersama-sama dengan damai.

Kucing bisa merengek-rengek, memohon untuk dikasihani, sangat memelas, meminta welas asih kita, mengosok-gosokan badannya ke kaki kita menandakan ia sayang kepada kita, menjilati kita agar memberikan kasih sayang kepadanya. Saat kucing menemukan musuhnya atau saat akan bercinta, tingkat sensitivitas sangat tinggi, dan akan meraung-raung menakutkan. Cakar tajamnya siap mencakar siapapun yang ditemuinya.

Demikian juga saat akan melahirkan, suara kucing akan terdengar pilu yang menyayat hati. Setelah menjadi ibu, kucing akan melindungi anak-anaknya dengan protektif dan kewaspadaan tinggi, menyusui dan merawatnya, memindahkan anak-anaknya ke tempat yang aman.

Tetapi, bila ada tangan jahil manusia yang menyentuh anaknya, sang ibu pun tidak akan mengakui anaknya sebagai anaknya lagi, lantas membuang dan mencampakkannya. Setelah anak-anaknya besar dan dapat berdiri sendiri, kucing pun akan meninggalkan mereka untuk kembali hidup di dunianya sendiri.

Kucing binatang yang unik dan menjadi binatang mitos bangsa tertentu, yang dihubungkan dengan misteri tertentu. Ia bisa jatuh dari ketinggian dengan posisi

tetap berdiri tanpa terluka, dan kucing dapat mengobati dirinya sendiri.

Inilah sifat kucing. Ambil sifat yang baik. Yang tidak baik jangan ditiru dan silahkan dibuang, dan jangan sampai kita dijuluki kucing garong.

Yang salah bukan pilihannya. Yang salah adalah pikiran dan sifat orang yang memilihnya, yang tidak pernah memiliki rasa puas dan bersyukur dengan apa yang telah didapatkannya. Dari pada memilih lagi, lebih baik menjaga apa yang telah ada, merawat yang telah terjalin, dan memperbaiki sesuatu yang perlu diperbaiki.

Baik dan Buruk

Saat menjalani hidup ini harus menyadari konsep: "Tiada orang yang seratus persen baik di dunia ini, dan sebaliknya tidak ada orang yang seratus persen jahat di dunia ini."

Siapapun ia, maka pertobatan dan tekad untuk meng-ubah segala perbuatan tidak baik yang dijalani dengan ketulusan itu akan memiliki kekuatan baginya dalam menjalani hidupnya.

Kata 'baik' dan 'tidak baik' hanyalah pelabelan, banyak orang baik yang belum ketahuan 'kejahatan'nya. Dan orang yang dicap jahat hanya karena kebetulan 'keta-huan' perbuatannya. Banyak dari mereka yang dikata-kan 'orang jahat' dan kemudian menyesal. Tetapi lebih ba-nyak lagi 'orang baik' yang tidak menyesali perbua-tan jahatnya karena merasa masih di 'level aman'.

Permainan ‘baik’ dan ‘buruk’ hanyalah permainan penjahat dan polisi. Yang diperankan silih berganti oleh orang yang sama.

Sesungguhnya kita sendiri yang paling tahu semua perbuatan kita, dan kita sendiri yang harus bertanggung jawab dengan semua perbuatan itu.

Mereka yang menabur kebaikan akan mendapatkan hasil yang jauh lebih baik, walaupun banyak ilalang dan parasit yang mengerogotinya. Mereka yang menabur kejahatan tidak akan menuai hasil yang baik, walau terkadang tetap ada beberapa tanaman bagus yang tumbuh di tengah-tengah semak belukar.

Semoga kegelapan di hati berangsur-angsur menjadi terang, menyadarkan kita bahwa kehidupan tidak selamanya gelap, dan biarlah sinar kebijaksanaan memberikan pancaran kebahagiaan bagi semua orang, agar semuanya mampu menjalani hidupnya, dan dapat menyadari peranannya di dunia yang penuh dengan sandiwara ini.

Pilihan

Setelah melalui keributan yang sangat hebat sepasang suami isteri, datang menghadap kepada Master Zen untuk meminta pencerahan.

Suami berkata, “Master, kami sudah lama menikah, anak-anak pun sudah besar, tetapi rumah tangga kami selalu dirundung masalah, keributan dan ketidakcocok-an selalu terjadi setiap hari. Saya sebagai suami ingin bercerai dengan isteri saya, dan hendak mencari pasangan hidup yang baru, mohon pencerahan dari Master.”

Sang Isteri tidak mau kalah berkata, “Master yang bijaksana, bagaimana saya tidak sabar, setiap hari perlakuan suami saya kasar, tidak peduli dengan anak-anak, saya dengan tulus mengurus semua keperluan rumah tangga. Menyiapkan semuanya untuk suami dan

anak-anak tercinta dengan penuh kesabaran, melayani suami tanpa pamrih, dan saya selalu setia menemani suami saya walau dengan air mata dan hati yang terluka setiap hari, kerena pada dasarnya ia tidak setia, mana pernah senang berada di rumah. Saya ingin bercerai, bagaimana pendapat Master?”

Master Zen berkata: ”Apapun keputusan yang kalian ambil, SEMUA HANYA AKAN MENJADI PENYESALAN. Silakan pulang dengan bahagia”.

Mereka tidak puas, dan bertanya: ”Mengapa demikian?” Master Zen pun berkata, ”bila saya menyetujui kalian bercerai, maka kamu sebagai isteri, akan menderita, setiap saat bermandikan air mata PENYESALAN, selama ini telah hidup bersama dalam suka duka, membesarkan anak dengan susah payah, karena hal-hal NEGATIF yang selalu terlihat melupakan hal yang POSITIF dari suamimu kemudian bercerai dan harus menghadapi segala persoalan sendiri, mengerjakan semua sendiri, kamu akan selalu menyalahkan diri sendiri. Kamu akan selalu berpikir tentang semua kekuranganmu dan akan MENYESALI perceraian ini. Mengapa dahulu tidak mau berubah, mengapa tidak lebih sabar menghadapi suami dan memaafkan semua kesalahannya, mengapa tidak mencoba memperbaiki hubungan ini dan memberikan perhatian yang lebih kepadanya.”

Master tersebut melanjutkan, ”kamu sebagai suami, mungkin akan memperoleh kebahagiaan yang baru dengan pilihanmu sendiri, selama belum terjadi masalah baru, maka semua akan terlihat baik-baik saja, benarkah? Semua kondisi kehidupan memiliki dua sisi positif dan negatif, begitu muncul persoalan-persoalan dalam hidupmu yang baru, apakah kau tetap bahagia? Apakah tidak akan muncul PENYESALAN? Mengapa telah mengecewakan orang yang kau telah nikahi dan menemanimu selama ini, meninggalkan anak demi kepuasan sesaat. Masalah yang sama akan kembali hadir, dan masalahmu akan menjadi bertambah. Kekecewaan dan penyesalahan akan muncul di hari tuamu, melihat sikap benci yang terpancar dari anak-anakmu terhadap kamu, jadi PENYESALAN pasti akan ada.

”Bila aku mencegah kalian untuk tidak BERCERAI, maka PENYESALAN pun akan ada. Karena kalian akan pulang sekarang, dan kemudian hari akan terulang semua hal yang sama, lalu kalian akan menyalahkan saya karena tidak mencegah kalian untuk bercerai. Kalian tetap tidak akan puas, karena dalam pikiran kalian hanya ada KATA CERAI, tidak ada kata BERUBAH. Bahkan kata CINTA pun telah lenyap dari pikiran kalian, dan yang pasti kalian tetap hidup dalam KETIDAKPUASAN, dan tidak ada jalan keluarnya”

”PULANGLAH DENGAN BAHAGIA!”

Tapi renungkanlah pesan ini, ”kebanyakan orang TIDAK PUAS dengan apa yang telah DIPILIHNYA.”

“Ketika kalian memilih seseorang untuk menjadi pendamping hidup kalian, tentu melewati proses yang tidak mudah. Bila semua berjalan baik-baik saja, hidup kalian akan bahagia, tetapi begitu muncul segala macam masalah, maka pikiran yang muncul adalah SEANDAINYA...., SEHARUSNYA...., BILA PADA AWALNYA... semua akan membawa ingatan kalian pada pilihan yang dulu telah tersedia. Dan kalian akan menyalahkan keadaan, menyalahkan kondisi, menyalahkan diri sendiri. Mengapa memilihnya, tidak memilih yang satunya?”

”Sama seperti memilih untuk membeli barang dari tersedianya pilihan, ketika kita mengambil keputusan untuk membelinya, dan kemudian terjadi KETIDAKPUASAN, maka akan segera berpikir seandainya dulu saya memilih yang satunya.” Padahal, bila kita memilih pilihan yang lain itu sendiri, belum tentu juga bahagia, pasti akan kembali terulang hal yang sama, karena pada dasarnya sifat KETIDAKPUASAN itu selalu ada dalam pikiran kita.”

”Yang salah bukan pilihannya. Yang salah adalah PIKIRAN dan SIFAT orang yang memilihnya, yang tidak pernah memiliki rasa PUAS dan BERSYUKUR dengan apa yang telah didapatkannya. Dari pada memilih lagi,

lebih baik menjaga apa yang telah ada, merawat yang telah terjalin, dan memperbaiki sesuatu yang perlu diperbaiki.”

”Jadi Pulanglah dengan BAHAGIA, BERCERAILAH dengan BAHAGIA, atau Kembalilah bersama-sama membina RUMAH TANGGA YANG BAHAGIA. Saranku CARILAH KEBAHAGIAAN bukan PENDERITAAN.”

Pembaca semua, marilah kembali pada penilaian masing-masing, kebijaksanaan masing-masing. Seorang Master Zen yang hebat sekalipun tidak dapat menentukan kebahagiaan anda, karena anda sendiri yang dapat membuat diri anda BAHAGIA.

Mau bahagia atau mau menyesal?

Penyesalan selalu datang belakangan, kalau datang di muka namanya Pendaftaran.

Diceritakan kembali secara bebas oleh: Sakya Sugata.

Ketika Cincin Bicara

Aku adalah sebuah cincin kawin. Sejak lahir, aku sudah dipasangkan dengan pasanganku dan disatukan dalam kotak perhiasan yang indah. Kami dipajang di toko perhiasan sampai kami menemukan mereka yang berjodoh dengan kami, dan jadilah kami sebagai pelengkap jari manis mereka. Demikian juga dengan saudaraku yang lain, mereka mengharapkan ada sepasang muda-mudi yang sedang jatuh cinta dan akhirnya melanjutkan dalam jenjang pernikahan, memilih saudaraku sebagai saksi bisu cinta mereka dan menemani sampai usia mereka telah senja. Tentunya inilah harapan kami para cincin.

Selama aku berada di toko perhiasan ini, telah banyak saudaraku yang meninggalkan kami dan menjadi pendamping hidup para mempelai yang menikah. Walau banyak sekali cerita yang ada, saudara kami sering

masuk ke pegadaian karena mereka terpaksa harus dilelang untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga pemiliknya. Ada juga berita dari para cincin yang telah senior ketika mereka berkunjung ke toko ini. Mereka memberi semangat kepada kami semua untuk selalu tabah dan bersabar dalam menghadapi siapapun yang menjadi pemilik kami kemudian. Mereka mengatakan bahwa pernikahan tidak seindah yang ada di film, maupun buku-buku percintaan. Banyak sekali kejadian-kejadian yang tidak akan habis untuk dibuat sinetron khusus untuk para cincin. Pokoknya para cincin senior kami selalu bercerita panjang lebar tentang kehidupan para cincin, kami hanya menjadi pendengar yang baik.

Sampai akhirnya aku dengan pasanganku merasakan sendiri apa itu perjalanan hidup yang baru bagi sepasang cincin kawin. Aku tahu setiap manusia memiliki perasaan. Apalagi urusan cinta, siapa yang tidak pernah merasakannya? Dalam kehidupan ini, perasaan dan permainan cinta semua muncul dengan sendirinya. Berlangsung dan mungkin berakhir dalam suatu pernyataan, baik itu yang menyenangkan atau menyedihkan. Aku sendiri tidak tahu apa yang terjadi dengan diri kami kemudian. Kami para cincin yang selalu setia pada majikan yang memiliki kami, akan selalu menemani sampai akhir hayat mereka.

Yang aku tahu, semua orang memiliki kesempatan yang

sama untuk mencintai dan dicintai. Semua ada dalam proses perjalanan menemukan pasangan yang cocok dengan dirinya, yang kemudian berlanjut dalam masa-masa penjajakan, pacaran, pertunangan, sampai pada jenjang pernikahan. Dan tidak ada orang yang bisa ikut campur dalam masalah perasaan, apalagi permainan perasaan. Manusia membutuhkan kematangan dalam berpikir, bertindak dan menyelesaikan masalahnya sendiri. Apalagi kami benda kecil yang kerjanya hanya melingkar di jari manis, dan selalu bersikap manis tentu tidak bisa berbuat dan berkata apa-apa.

Sejak seseorang sudah merasa mantap memilih dan mengambil keputusan untuk bersama dengan kekasih yang diyakini akan menjadi pendamping hidupnya, sampai pada tahapan itulah aku telah melingkarkan diriku di jari manisnya.

Artinya sebuah ‘perjanjian dan ikatan’ telah di mulai. Makanya disebut dengan memulai hidup baru, memulai sesuatu yang baru, memulai dengan menyatukan dua kebiasaan yang berbeda, dua keluarga yang berbeda, menyatukan persepsi dan jalan hidup yang berbeda menjadi selaras, harmonis, dan serasi. Padahal sejak saat itu aku telah terpisah dengan pasangan hidupku, karena aku melingkar di jari manis pengantin wanita, dan pasanganku melingkar di jari manis pengantin laki-laki. Sesungguhnya tugas kami adalah mengingat-

kan para mempelai bahwa ada kekuatan cinta kasih di dalam diriku yang membuat mereka menjadi satu dalam kesetiaan.

Banyak yang bilang, karena diriku memiliki simbol dan makna yang menurut versi manusia adalah mengikat seseorang untuk tetap setia, mengikat seseorang untuk menyatakan selalu bersama sampai kapan pun dalam mengarungi bahtera rumah tangganya.

Menurut cerita para sesepuh kami para cincin, jaman dulu masih sering terlihat orang dengan bangga memakai mereka sampai akhir hidupnya. Mereka pun dengan bangga menemai pemiliknya dengan setia di liang kubur atau hangus bersama kremasi jasad pemiliknya.

Saat kami yang lahir sebagai generasi jaman belakangan, mengapa sudah jarang terlihat mereka yang telah menikah membiarkan kami menghiasi jarinya. Fenomena apa yang terjadi belakangan ini? Mungkin karena kami merupakan benda yang dianggap historikal, benda berharga yang harus dijaga agar jangan sampai hilang. Dan banyak yang menyimpan kami baik-baik di tempat yang aman. Akhirnya, banyak di antara kami menjadi penghuni safety box, lemari pakaian para pemilik kami, yang kemudian makna di balik kehadiran kami sendiri menjadi samar.

Sebagian orang berpendapat, kami mengingatkan mereka pada janji yang dibacakan pada saat mereka menikah, mengingatkan pasangan sebagai suami isteri yang harus saling setia dan menjaga. Dan, yang penting adalah kami menjadi pengingat orang lain untuk menjaga keutuhan rumah tangga dari orang yang telah melihat kami melingkar di jari manis pemilik kami semua. Menjaga agar jangan sampai ada orang lain masuk di tengah-tengah pemilik kami semua.

Sebagian lagi berpendapat, kami kaum cincin hanyalah benda menjadi belenggu dan merupakan suatu simbol dari ikatan yang 'mengikat'. Identik dengan ketidakbebasan, ketidaknyamanan. Sehingga banyak yang sengaja atau tidak sengaja melepaskan kami yang sebenarnya merupakan bentuk dari ikatan pernikahannya, dan akibatnya terdapat kerancuan. Banyak orang lain yang tidak tahu apakah seseorang telah memiliki ikatan pernikahan atau belum. Bahayanya, bila perasaan cinta dan sayang sudah bicara terlebih dahulu dari kenyataan yang ada. Permainan perasaan akan menjadi rumit setelah mengetahui sesungguhnya orang yang dicintai sesungguhnya telah memiliki ikatan dan telah 'terikat' dengan orang lain. Inilah nasib kami yang hanya menjadi penghuni lemari pakaian atau *safety box* yang gelap.

Apakah ini menjadi dilema? Apakah kami para cincin

yang perlu disalahkan dalam hal ini? Atau memang symbol dari keterikatan itu memang sudah sangat mengikat dan menguasai hidup manusiakah? Atau sesungguhnya ketidaksetiaan dan ketidakharmonisan para manusialah yang menjadi pemicu dari semuanya?

Kami para Cincin hanyalah cincin, benda mati yang tidak bersalah. Mau dipakai atau tidak dipakai, itu adalah hak seseorang. Yang paling penting adalah bagaimana melihat rumah tangga dapat menjadi satu keutuhan keluarga yang tentram, harmonis, dan serasi yang didambakan setiap orang.

Kami para cincin juga yang mengingatkan para manusia bahwa ada kekuatan cinta kasih di dalam kami yang membuat dua orang yang saling mencintai melebur menjadi satu dalam kesetiaan. Dan, ketika rumah tangga sedang dalam dilema dan keributan yang besar atau kecil yang sedang terjadi, tataplah kami cincin kawin yang melekat di jari manis anda semua. Tanya pada diri sendiri, apakah yang mendasari sehingga kami dapat melingkar di jari manis anda?

Marilah wahai manusia, cobalah melihat kembali bagaimana proses perjalanan hidup itu sendiri. Memang sulit untuk mengungkapkan perasaan, khususnya perasaan tentang cinta, karena perasaan itu adalah sesuatu yang sangat abstrak dan tidak dapat dijelaskan oleh ahlinya

sekalipun. Apapun yang terjadi dengan kalian semua, hanya kalian sendiri yang mampu menyelesaikannya. Kami hanya saksi bisu pernikahan dan pengangkatan janji yang diucapkan oleh kalian semua kaum manusia. Sekali lagi, kami hanya bisa berteriak dan bercerita dengan kaum kami, tetapi para manusia tidak pernah ada yang mendengarkan suara kami. Karena mereka tidak akan pernah memperhatikan kami, apalagi bertanya tentang perasaan kami, ketika perselingkuhan terjadi dan tangan mereka mengenggam lembut jemari orang yang bukan suami atau isterinya sendiri.

Ketika aku harus berjumpa dengan yang bukan pasanganku sendiri, yang melingkar di jari manis orang yang belum aku kenal sebelumnya, tetapi menjadi orang yang sangat aku kenal selanjutnya.........

Ohhh... beginikah nasib para cincin di jaman ini?

Semoga tidak demikian adanya.

Biarlah kusimpan semua cerita ini, sampai alam kubur nanti, dan tetap akan menjadi cerita misteri bagi diriku sendiri. Aku adalah sebuah cincin dengan seribu misteri. Biarkan aku bercerita kepada kalian semua.... Inilah 'suara hati' kami, para cincin kawin.

Cerita ini hanyalah renungan belaka, tiada maksud lain.

Janganlah iri hati melihat keberhasilan orang lain, dan sombong dengan kelebihan yang kita miliki. Karena kita semua memiliki banyak kelemahan dan kekurangan, maka kita perlu hidup saling melengkapi dan membantu satu dengan lainnya, dan hidup saling berdampingan.

Katak dan Kumbang

Seekor katak melompat ke dalam kolam dengan mudahnya masuk dan berenang di air. Seekor kumbang melihat lompatan sang katak, menertawakannya, karena katak membutuhkan banyak tenaga untuk melompat.

Sang katak berkata kepada si kumbang yang sombong: “Bila kamu memiliki badan yang ringan dan mampu terbang, ayo cepat lompat ke dalam air dengan cepat, dan tanpa perlu banyak tenaga”.

Tertawalah kumbang dengan tantangan itu. Hup. Dengan segera kumbang yang sedang terbang menjatuhkan diri dengan mudahnya ke permukaan air. Tetapi, apa yang terjadi? Kumbang berhasil menceburkan dirinya ke air dengan mudah, tetapi membutuhkan kekuatan dan tenaga yang berlebihan untuk kembali terbang ke udara.

Sang katak yang berhati baik, segera membantunya untuk keluar dari permukaan air. Tetapi, sesampainya di darat, kumbang jatuh dan terbalik dengan posisi kaki berada di atas. Dengan sekuat tenaga, kumbang berusaha untuk membalikan badannya dan mengepakkan sayapnya, tetapi tetap tidak berhasil. Sang katak menjadi iba dan dengan lidahnya membantu membalikan kembali badan sang Kumbang.

Sang Kumbang segera sadar dengan kesombongannya, dan ia berterima kasih kepada guru kehidupan barunya yaitu sang katak nan baik. Ia menjadi mengerti sesung-guhnya segala sesuatu terjadi sesuai dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing. Maka, janganlah iri hati melihat keberhasilan orang lain, dan sombong dengan kelebihan yang kita miliki. Karena kita semua memiliki banyak kelemahan dan kekurangan, maka kita perlu hidup saling melengkapi dan membantu satu dengan lainnya, dan hidup saling berdampingan.

Galau

Saat kegalauan muncul, ditambah dengan persepsi dan bentuk-bentuk pikiran, semakin komplekslah persoalan yg ada. Kita mampu menjadi sutradara film action, sedih, maupun horor sekalipun. Diri sendiri sekaligus menjadi pemerannya, bisa menjadi pemain antagonis, atau protagonis.

Apapun yang dilihat orang terhadap kita, semua terkadang semu belum bisa mengetahui isi hati seorang pemain lakon tersebut. Semakin galau, alur film semakin berantakan dan berakhir menyedihkan bukan menjadikan hidup semakin indah melainkan semakin parah adanya.

Resep biar tidak galau? Banyaklah BERGAUL dengan orang bijaksana. Belajar akan arti kehidupan, dan bisa merasakan GALAU di tengah KeTidak-

GALAUan dan GAUL dalam keGALAUan agar hidup bisa lebih berwarna, dan bertambah bijaksana, setidaknya bisa lebih ceria, dan menjadi sutradara film lucu atau romantis. Walaupun sulit menghindari dari kegalauan tetapi setidaknya tetap tersenyum dan tertawa menghadapi si Galau itu sendiri, sampai lelah galaunya dan muncullah kebijaksanaan di hati.

Aku

Dahulu orang harus sakti dulu untuk melihat semesta alam, sekarang telah banyak teropong sakti yang mampu merekam pergerakan alam semesta. Melihat alam semesta, tak ada kata-kata yang dapat mewakili apapun untuk mengungkapkan sesuatu yang berada di luar batas pengetahuan manusia.

Melihat tanpa persepsi, mendengar tanpa telinga, bicara tanpa berkata. Merasakan tanpa menyentuh, menyadari semua itu ada dan dirasakan bahwa diri manusia juga adalah bagian dari semesta, terdiri dari milyaran sel yang terus bergerak hidup dan mati, peredaran udara dalam tubuh, proses respirasi, oksidasi, dan semua gerak-gerik organ tubuh, yang bekerja dengan sendi-rinya, tanpa harus dikendalikan oleh si AKU.

Karena si AKU terlalu sibuk berpersepsi, terlalu sibuk

melihat keluar, mendengar keluar, merasakan dengan perasaan dan sensitivitas antara suka dan tidak suka. AKU terlalu banyak bicara tentang diriKU, milikKU, PunyaKU, KekuatanKU, CintaKU, HargadiriKU, EGOKU, dan semua tentang AKU.

Melupakan bahwa tubuh ini berproses tanpa AKU dan bukan MilikKU, akan terpisah dan berubah dariKU, akan ditinggalkan dan terurai karena sakit, dan penyakit. Tubuh yg dibanggakan akan berubah. Tidak dapat dikendalikan, penyakit datang menyerang dan menggerogoti, sudah tak mampu dipantau lagi oleh si AKU.

Karena AKU hanya memikirkan perasaan, persepsi, dan semua tentang keuntungan dan kemenanganKU.

Mari Mulai kenali AKU, tundukkan AKU, dan Hadapi AKU, karena AKU sesungguhnya bukan MilikKU.

Dua Sisi Koin

Menyalahkan orang lain kita adalah hal yang sering terjadi, karena didasari ketidaktahuan. Menyalahkan diri sendiri dan larut dalam kesalahan serta menghukum diri sendiri, juga kurang bijaksana.

Memang faktor-faktor kesedihan, depresi, dan kekesalan, bisa datang dari luar maupun dari dalam diri. Tetapi sesungguhnya diri sendirilah yang bertanggung jawab atas semua perbuatan yang telah dilakukan sendiri. Faktor-faktor luar hanya memberikan kondisi cepat masaknya bibit-bibit buruk dalam diri kita. Menyebabkan semua kondisi menjadi tidak mendukung, menjadi negatif dan menjadi semakin parah.

Tetapi jangan lupa pula faktor-faktor keberhasilan, kebahagiaan, dan kesuksesan juga datang dari luar dan dalam diri sendiri. Kita menikmati hasil kebaikan yang

kita tanam, dan kita sendiri yang harus rajin menanam kembali, mengarap, dan merawatnya.

Faktor-faktor luar membantu, mempercepat, dan memberi kondisi dari cepat matangnya bibit kebaikan. Memper-indah yang kurang indah, mengurangi yang seharusnya parah, dan membuat sesuatu menjadi lebih baik lagi.

Kesedihan dan kebahagiaan adalah ibarat koin dengan dua sisi, saat sisi yang satunya terbuka, sesungguhnya di sisi lain selalu bersamanya, hanya karena tertutup maka tidak begitu terasa. Padahal sesungguhnya baik dan buruk berbuah selalu bersamaan, hanya intensi-tasnya ada yang kuat dan ada yang lemah. Dengan menyadari hal ini, kita jangan menjadi pesimis, melain-kan harus optimis menjalani hidup ini apa adanya.

Bertobat, bertekad, dan bersyukur dalam hidup, mem-praktekkan apa yang baik untuk diri sendiri dan orang lain, adalah kunci kebahagiaan untuk semua mahluk.

Berbagi

Membiasakan diri membantu orang lain, bila diteruskan akan memberikan arti dan makna tersendiri yang bisa dirasakan orang lain maupun diri kita sendiri. Kebahagiaan dari berbagi itu jauh lebih manis dari apapun juga. Kebahagiaan meringankan beban orang lain, juga lebih indah dari apapun juga. Mari sebarkan kebajikan kepada yang lain, agar diteruskan dan terus-menerus menyambung menjadi jalinan cinta kasih dan kasih sayang.

Nenek Moyang kita terkenal dengan sifat gotong-royong, tenggang rasa, tepo seliro, karena mereka menyadari ajaran Budi (budhi) menekankan pada praktek dari pada sekedar teori belaka.

Jaman sekarang, yang katanya semakin banyak ajaran agama dianut bangsa kita, tetapi semakin gersang

rasa kebersamaan, semakin kering batin untuk saling membantu karena kepentingan pribadi, golongan, apalagi bila sudah bicara SARA. Mari kita kembali pada kemurnian dan ketulusan jiwa. Bantulah sesamamu tanpa membeda-bedakan, maka SURGA akan dapat kita rasakan di SINI, SEKARANG, SAAT INI, jangan tunggu kita meninggal dunia.

Tiga Akar Kejahatan

Bagaimana bisa selembar kain sutra mengosok batu besar sampai hancur, dan digosoknya setiap 100 tahun sekali. Demikian sungguh lama usia bumi ini. Tak terukur dengan ukuran apapun.

Orang sibuk memikirkan terjadinya bumi dan akhir kehancuran bumi. Seperti halnya seorang yang sedang terluka parah karena panah beracun, sibuk mencari identitas pemanah, jenis panah, jenis racun, dan motivasinya. Sebelum semua terjawab, orang itu sudah mati sia-sia. Alangkah bijaknya bila orang tersebut segera mencari penawar dari racun yang sangat cepat bekerja itu.

Usia manusia begitu singkat, tetapi sibuk memikirkan hari kiamat. Alangkah bijaknya bila kita mengobati diri sendiri dari segala bentuk racun kejahatan, dan men-

cabut tiga akar kejahatan, yaitu keserakahan, kebencian, kebodohan bathin, juga mengatasi belenggu sumber dari segala penderitaan, yaitu nafsu keinginan rendah yang membelenggu setiap insan. Ini semua ditunjukan bagi praktisi yg ingin berjuang keluar dari roda samsara.

Bagi kita manusia biasa yang tak luput dari kesalahan, minimal kita dapat mengurangi kejahatan, menambah kebajikan, dan belajar menetralisir bentuk-bentuk pikiran yang tak menentu.

Belajar untuk menjadi manusia yang jauh lebih baik, jauh lebih bijaksana, dan memiliki kasih sayang dan cinta kasih. Semua halangan adalah perkembangan dari bentuk-bentuk kemajuan batin. Jadikan setiap masalah sebagai bentuk pengembangan kematangan dalam pola berpikir dan bertindak.

Mudita

Ada mereka yang senang dengan kegagalan orang lain, dan selalu berusaha untuk mengagalkan orang lain. Tidak menyadari kesenangannya itu dapat membawa penderitaan bagi dirinya dan orang lain. Tetapi, saat kejadian yang sama menimpa dirinya, apakah dapat bersikap biasa, acuh tak acuh? Apakah masih dapat tertawa? Inilah kondisi dunia, dengan segala warna warninya.

Ada orang yang senang ber'mudita', yaitu bahagia dan simpati melihat keberhasilan orang lain. Tanpa disadarinya, rasa mudita citta ini justru akan memperkaya batinnya, membuat hidupnya terasa ringan dan indah. Dengan mendukung orang lain untuk sukses, dan menyatakan bahagia atas keberhasilan orang lain, saat itulah kita mulai belajar menghargai jerih payah orang lain, dan tanpa disadari kita juga akan mudah dihargai

orang lain.

Kata-kata mudita mudah diucapkan tetapi sulit dipraktek-kan. Mengapa? Karena ber'mudita' terhadap orang lain, adalah sebuah pertarungan antara EGO dan Tiada Ego. Saat kita sudah ber'mudita', maka tanpa disadari Ego kita pun akan segera melemah, dan mulai belajar un-tuk menghargai sebuah perjuangan, baik perjuangan diri sendiri atau perjuangan orang lain.

Tanpa Aku

Pagi ceria, pagi nan cerah.
Mari langkahkan kaki untuk beribadah.
Dalam Kehidupan yang semakin gerah.
Tetap semangat, jangan sampai pasrah.
Apalagi tunggu sampai menyerah.
Dengan agama, segalanya pasti terarah.

Udara segar, matahari pun terang.
bunga mekar, burung-burung berdendang.
Hati harus tegar, walau badan sedang meriang.
Bila hidup bugar, wajah pun terlihat terang.
Jangan gusar, bila ingin hidup tenang.
Jangan gahar, mati pun pasti tenang.
Berjiwa besar, sampai menjadi pemenang.

Pemenang kehidupan adalah Ia yang telah menaklukan Sang Aku.

Menjalani jalan, dengan semangat dan tidak kaku.
Perpegangan pada semangat “tanpa Aku”.
Karena segala sesuatu sesungguhnya bukan milikKu.
Hanya numpang lewat dan semua akan berlalu.
Menyadari ini semua, maka batin tidak akan ragu.
Untuk terus semangat dan terus melangkah maju.

Pencerahan

Ada seorang suami yang suka mengeluh tentang semua hal. Dimulai dari keluhan tentang istrinya yang sok ngatur, anaknya yang bandel, rumahnya yang sempit, ditambah mertua yang ikut dengannya. Suami tersebut setiap hari selalu marah-marah. Sampai akhirnya, dia menghadap Master Zen dan mencari solusi. Master Zen menyuruhnya untuk membeli sepuluh ekor ayam, delapan betina dan dua penjantan. Lalu, ia pun membeli dan memasukan ayam-ayam tersebut ke dalam rumahnya. Apa yang terjadi kemudian? Sudah dapat ditebak, rumahnya semakin berantakan, bulu-bulu berserakan dan bau.

Ia mencari Master Zen lagi. Master Zen menyuruhnya untuk membeli dua ekor kambing untuk dimasukkan ke rumahnya. Wahh semakin berisik. Ayam berkotek, kambing mengembik, dan ia pun tidak tahan mencari

Master Zen itu lagi. Kata Master Zen, "apa rasanya?" "Neraka Kuadrat," jawab laki-laki itu.

"Sekarang, keluarkan semua binatang itu dari rumahmu dan danakan kepada yang benar-benar membutuhkan," ujar Sang Master. Esok harinya, laki-laki itu datang dengan penuh pencerahan. Ia berkata, "benar-benar surga sekarang rumahku, lega rasanya, suara lebih tenang, damai, tidak kotor dan bau, isteriku ternyata jauh lebih hebat dalam mengerjakan semuanya, bandelnya anak-anakku bukanlah apa-apa, dan mertuaku adalah orang yg paling sabar dan bijaksana di rumah. Saat kuberikan binatang-binatang tersebut pada mereka yang membutuhkan untuk dipelihara, betapa indahnya pancaran kebahagiaan di wajah mereka. Aku sadar sekarang ternyata hatikulah yang sempit, bukannya rumahku yang sempit dan keluargaku yang bermasalah.

"Pencerahan adalah saat kau merasakan kebebasan yang sesungguhnya dari kebesaran hatimu" ujar Master Zen tersebut.

Sumber cerita: Kisah Bijak, Dikisahkan kembali dengan bahasa sendiri oleh NX.

Bibit Cinta

Semaikanlah Bibit Cinta di Hatimu

Ketika Kemarahan menguasaimu…
Ketika Ketakutan mengancammu…
Ketika Ketidakpastian menghadangmu…
Ketika Kesombongan meliputimu…
Saat Keserakahan menghasut dirimu,
Saat Kekeringan melanda batinmu,
Saat Kehampaan mengisi relung bathinmu,
Saat Kegelapan menjadi bagian hidupmu,

Tidak perlu kau cemaskan semua itu.
Tidak perlu kau menghindari semua itu.
Tidak perlu kau berlarut di dalamnya.
Bila Gelap akan berubah menjadi Terang.
Bila Api tetap padam karena Air.
Bila emosi akan luntur dengan cinta, Sadarilah semua

pelajaran hidup kita, yang mampu membuat kita dewasa dan menghargai setiap hitam putih lembaran kehidupan.

Semua itu karena belum tumbuhnya bibit-bibit kebajikan yang kau semai. Merajalelanya bibit-bibit liar yang menghiasi ladang dan taman batinmu.

Bila saja kau ingat akan bibit unggul dari Cinta Kasih yang pernah kau tanam di hatimu. Sebuah bibit yang akan menjadi kekuatan dalam menghadapi hidup, bibit yang akan terus berkembang menjadi pohon kehidupan. Sampai saatnya untuk berkembang dan tumbuh, ia akan terus beranak-pinak, dan akan terus menyemai bibit-bibit baru dalam batinmu.

Hanya saja...
Mampukah kau merawatnya, menyiraminya, memupuknya, membersihkan sekitarnya dari rumput-rumput liar yang akan menghalangi pertumbuhannya? Mencabut pohon-pohon kecil dari bibit ketakutan, kejahatan, dan kesombongan yang tumbuh di sekitarnya?

Berikan ruang lingkup yang besar dan perhatian penuh padanya, agar Ia dapat menjadi pusat dari segenap perhatianmu.

Maka yakinlah... hidupmu akan jauh lebih berarti ketika Kemarahan berubah menjadi cinta,

ketakutan akan menjelma menjadi keyakinan diri, kesombongan perlahan menundukkan kepalanya. Keserakahan berdampingan dengan kedermawanan dan ikut juga mengulurkan tangannya bagi sesama. Kekeringan akhirnya mendapat kan hujan cinta yang selalu membasahi hatimu, tiada hampa yang tidak berarti karena telah mengerti hakekat dari kesunyataan dan kekosongan yang sejati.

Langit mendung akan berubah menjadi terang demikian dengan Batin yang gelap akan berangsur-angsur penuh dengan cahaya cinta yang tidak akan pernah padam.

Sayangilah dirimu,
Sayangilah orang disekitarmu,
Sebarkanlah bibit-bibit Cinta,
Penuhilah Bumi dengan Cinta.

Ego

Dalam perjalanan panjang kehidupan, tentu ada saatnya stuck di jalan. Baik karena lelah dalam mengarungi hidup, atau karena hambatan dari luar, rintangan, dan jalan yg tidak mulus. Hal itu adalah hal-hal yang masih bisa diatasi.

Tetapi, kalau *stuck* karena pikiran sendiri yang menjadikan semua menjadi rusak, berantakan, yah karena pola berpikir dan pandangan kurang benar membuat semua menjadi kacau balau.

Pikiran ini mau baik, dibawa santai, dibawa benar semua akan menjadi baik. Tetapi, juga bisa dibawa kacau, mumet. Bahkan hal-hal kecil saja bisa menjadi gempa dan perang batin. Padahal, bila semua bisa diselesaikan dengan baik-baik, mengapa mencari penderitaan?

Pada dasarnya, ego inilah penyebab dari kekacauan di dunia. Tidak ada orang yang mau disalahkan. Tidak ada orang yang mau dikritik. Tetapi, bila direnungkan kembali semua demi kebaikan kita, semua demi kemajuan diri sendiri. Dan inilah saatnya mengalahkan dan menaklukan si ego.

Susah... Mang susah... Tapi lebih susah lagi kalo si ego yang sudah berkuasa atas pikiran ini. Penderitaan akan terus berkepanjangan.....

Jadi mari berdamai dengan kehidupan....

Warna Hidup

Manusia dilahirkan memiliki tugas dan misi khusus yang harus diselesaikannya. Semua perjalanan yang panjang tentu penuh dengan lika-liku serba-serbi warna hidup. Mereka yang gagal dalam hidup akan lebih menghargai kehidupan. Mereka yang pernah jatuh akan sangat menghargai arti kejatuhan. Mereka yang telah terkuras air matanya, akan semakin mengerti betapa mahal arti setetes air mata. Semua perasaan, pengalaman, setiap kondisi apapun adalah pupuk untuk pohon kehidupan yang tumbuh dalam jiwa kita.

Bila kita dapat menjadikan semua hal pahit sebagai obat mujarab di dalam perjalanan hidup kita, percayalah suatu saat nanti kita dapat mengerti lebih jauh lagi tentang apa tujuan hidup ini.

Bangkitkan semangat dan jiwa ksatria kita, buka lem-

baran baru, hapuskan air mata, simpan energi untuk perjalanan yang masih panjang, karena hidup bukan cuma sekedar hidup.

Bila mau hidup, maka harus bisa menerima perubahan, proses, dan pengorbanan.

Bila tidak dapat menghargai secangkir air yang memberikan kesegaran kepada yang dahaga, apa arti dari berbagai hidangan mahal yang tersaji indah?

Bila tidak dapat menghargai sepiring nasi yang menghilangkan derita kelaparan, maka apa arti dari segengam berlian di lemari besi?

Bila tidak dapat menghargai orang yang selalu disampingmu, apa arti dari seorang sahabat sejati yang selalu kau cari?

Bila tidak dapat menghargai mereka yang melayanimu, apa arti dari pengorbanan orangtua dan saudaramu?

Ternyata begitu besar hal-hal kecil yang luput kita perhatikan dan dibiarkan begitu saja, tercampakan dan tidak diperhatikan. Sesendok garam di dalam sup yang membuat enak hidangan kita berasal dari garam di lautan luas. Mulailah memperhatikan hal-hal kecil, maka kita akan mendapatkan yang besar.

Peran

Perempuan mudah sekali terpengaruh perasaannya, terutama dalam menghadapai masalah cinta. Tetapi, perempuan memiliki kesanggupan dan sangat setia dalam mengasuh dan membesarkan anak yang dilahir-kannya, ada atau tanpa kehadiran suaminya.

Sedangkan, pria lebih mudah dipengaruhi oleh kete-naran dan kekuasaan. Pria sulit sekali terbebas dari godaan perempuan cantik, mudah untuk melupakan pasangan hidupnya yang telah setia mendampingi dan membesarkan buah hati mereka. Padahal perempuan cantik lain pilihannya hanya tergoda dengan harta benda dan kedudukan, jarang sekali yang benar-benar menampak-an cinta kasihnya yang terdalam.

Anak-anak memiliki orang tua sebagai panutan dan idolanya. Siapa yang terbaik di mata seorang anak

adalah motivasi dalam hidupnya. Anak-anak memiliki cita-cita dan impiannya sendiri. Tanpa bantuan dan dorongan semangat dari orang yang disayanginya, mereka tidak akan tumbuh berhasil dan sukses. Apapun bentuk kehidupan yang mereka dapatkan dan terima, mereka tidak bisa mengeluh. Hanya merenung dan terus merenung untuk melanjutkan hidupnya demi orang yang disayangnya.

Saudara-saudaraku semua, berprestasilah. Tunjukkan semangatmu. Isilah hidup ini dengan hal-hal yang bermanfaat dan berguna bagi sesama. Memberikan yang terbaik yang bisa kita lakukan selagi masih bisa berkarya, dan berprestasi.

Untuk itu perlu direnungi: Dapat mengenal diri orang lain adalah pandai. Dapat mengenal diri sendiri adalah bijaksana. Dapat mengalahkan orang lain adalah kekuatan. Dapat mengalahkan diri sendiri adalah kemenangan sesungguhnya. Pada saat melihat orang lain mendapat kesempatan dan peluang atau perlakuan istimewa, tak perlu berkecil hati, iri hati, marah, atau patah semangat menjalani hidup, karena pada hakekatnya setiap orang MEMETIK apa yang telah DIA TANAM.

Cinta Mati

Biasanya orang yang sudah mematok “CINTA MATI” akan mengalami dua hal. Pertama, ia adalah orang yang paling bahagia dengan pilihannya bila dapat bersama sampai mati nanti, karena hanya dengan pilihannyalah Ia bisa benar-benar bahagia. Kedua, ia adalah orang yang paling menderita bila tidak memperoleh cintanya, atau seseorang yang dicintainya meninggalkannya. Ia tidak akan bisa menerima kenyataan dari harga mati yang sudah di patoknya dari awal, bahkan kondisi terparah deritanya kadang terbawa sampai ia mati.

Harga dari sebuah cinta mati sangatlah mahal, karena terdiri dari dua unsur. Pertama unsur kesetiaan, inilah yang paling mulia dari sifat manusia di muka bumi. Kedua unsur kebodohan, karena tidak dapat menerima perubahan dan kenyataan hidup. Hidupnya menjadi ‘mati rasa’ bila seseorang yang dicintainya mening-

galkannya, karena harga mati yang telah ditanamkan ternyata membuat ia ‘mati’, kecuali ia bisa ‘bangkit’ dari ‘mati’.

Kehidupan yang serba pesat dan canggih di masa ini, membuat hubungan antar manusia semakin membingungkan dipenuhi oleh berbagai dilema. Hubungan suami isteri banyak yang tidak lagi harmonis, saling curiga, saling tuding, bahkan saling menghianati. Yang dulunya berkata “kamulah cinta sejatiku”, saat ini berkata kamulah “musuh sejatiku” hanya karena sudah tidak lagi ‘sehati’. Sepertinya pisah ranjang, perceraian sudah menjadi hal biasa. Bahkan kata “Cerai” bagi mereka yang sudah tidak lagi memikirkan masa depan anak-anak dan perasaannya sendiri merupakan “HARGA MATI.” Bayangkan awal pernikahan disebabkan oleh CINTA MATI tetapi berakhir pada CINTA yang telah MATI.

Sebenarnya bila kita mau meluangkan waktu lagi untuk berpikir tentang cinta dan permasalahannya. Tiada yang benar dan tiada yang salah. Karena semua kembali pada cara berpikir dan pola pandang kita tentang CINTA. Sudah dikatakan oleh Zhu Pat Kai bahwa “Cinta Derita Tiada Akhir” artinya CINTA itu membawa DERITA, tetapi karena CINTA juga maka Hidup ini akan jauh lebih hidup.

Bila kita terus-terus membawa sisi negatif tentang cinta,

maka dalam hidup ini kita tidak akan merasakan kebahagiaan karena cinta. Tataplah mata anak-anak anda, benarkah sudah tiada cinta lagi di sana?

Tataplah pasangan anda bila sedang ribut besar, apakah anda ribut karena kebencian atau karena cinta. “Cemburu Besar” apakah karena benci atau karena ia sangat mencintai anda. “Marah Besar” apakah karena benci atau karena membutuhkan perhatian dari anda? Lalu, bila karena CINTA mengapa harus BERPISAH? karena sebenarnya semua memiliki CINTA hanya karena EGO yang menutup membuat diri anda menjadi menderita selamanya.

Sekali lagi pilihan selalu ada di tangan anda, anda mau mempertahankan cinta mati anda, atau mati karena cinta?

Hidup adalah proses belajar dan berjuang, berjuang menaklukan diri sendiri, berjuang memperbaiki diri, berjuang menjadi yang terindah bagi orang-orang di sekitar kita dan bagi diri sendiri. Perjuangan memang sulit, tetapi bukan berarti tidak bisa dilakukan. Semua butuh pengorbanan.

Pejuang Kehidupan

Bila saja waktu dapat terulang, maka kebahagiaan akan menyelimuti setiap insan, karena tidak akan ada penyesalan. Hanya saja, waktu terus bergulir dan tidak akan pernah terulang kembali dan meninggalkan banyak kenangan dan penyesalan. Hidup saat ini dan kemudian bukan untuk ditangisi, bukan untuk disesali, bukan untuk diratapi.

Yang dapat kita lakukan adalah bahagiakan setiap orang sebelum penyesalan itu terjadi. Yang dapat kita berikan adalah sesuatu yg terindah dan tulus kepada orang yang kita sayangi selagi masih bersama. Yang dapat kita rasakan adalah bahagia saat berjalan, bercanda, dan tertawa bersama dalam suka dan duka dengan orang yang berarti bagi hidup kita. Bila semua masih sama, bila semua masih ada, bila semua masih tersedia waktu untuk kita berbakti, berbagi, bercanda

bersama. Hal inilah merupakan kondisi yang indah untuk ke depannya.

Hidup adalah proses belajar dan berjuang, berjuang menaklukan diri sendiri, berjuang memperbaiki diri, berjuang menjadi yang terindah bagi orang-orang di sekitar kita dan bagi diri sendiri. Perjuangan memang sulit, tetapi bukan berarti tidak bisa dilakukan. Semua butuh pengorbanan.

Mari kita mengisi hidup agar lebih hidup lagi, penuh cinta kasih, kasih sayang, kesabaran, kebijaksanaan dan tekad mulia agar kita mampu menghadapi kehidupan yang serba tidak pasti ini, dan menjadi pejuang yang baik untuk diri sendiri dan orang lain.

Berbuat Baik

Berbuat baik harus rutin dan terus menerus dilakukan, harus sering disadari, harus dijalani, dan disemangati. Sedangkan perbuatan jahat melalui ucapan, perbuatan dan pikiran, tak terasa terus-menerus mengalir tanpa disadari. Untuk mengubah kebiasaan buruk menjadi baik itu memang membutuhkan perjuangan ekstra keras.

Lucunya, semua orang ingin hidup bahagia, hidup damai, hidup tenang, hidup penuh berkah, rejeki terus mengalir, usaha bertambah maju, prestasi semakin bagus. Padahal itu semua kan akibat dari tanaman pohon kebajikan yang ditanamnya. Kebanyakan orang maunya banyak, tetapi malas untuk menanamnya. Dipikirnya semua berkah yang datang itu mengalir dengan sendirinya, karena beranggapan bahwa rejeki sudah diatur dari langit. Padahal yang turun membasahi bumi itu air hujan, nggak pernah turun hujan duit dari langit.

Dan bila saja turun uang logam dari langit, bisa pada hancur semuanya kali yah?

Para dewata, malaikat, Bodhisattva, hanya mampu memberkati, memberikan kondisi agar bibit kebajikan yang ditanam itu tumbuh subur, menjadi pohon kebajikan yang bebas dari hama dan gangguan, agar buahnya bisa lebat bila waktunya berbuah. Diri sendirilah yang harus menanamnya.

Sedangkan bibit-bibit kejahatan itu seperti benalu yang tumbuh subur, menghisap nilai-nilai baik yang ada dalam pohon kebajikan, mengkerdilkan tanaman kebajikan di ladang hati kita. Tugas kita adalah mencabut semua bibit-bibit jahat yang tidak sengaja tertanam, menjaga bibit-bibit kebajikan yang ada. Ini adalah tugas manusia yang harus menjadi penggarap bagi lahan perbuatannya sendiri. Jangan melempar tanggung jawab pada orang lain atau makhluk lain. Bertanggungjawablah pada perbuatan kita sendiri.

Jangan tunggu ada masalah baru sibuk mencari solusi dan jalan keluarnya. Belajarlah Dharma yang mampu menuntun kita menghadapi hidup yang memang tidak pernah pasti ini, sehingga tidak limbung dalam berjalan, tidak patah arang dalam menghadapi semua rintangan dan buah karma buruk yang datang menghantam kita. Semoga Semua Mahluk Berbahagia. Amitofo.

Sebait Pesan

Sesuatu itu bila dicari-cari, makin tidak kecari. Saat tidak dicari, muncul sendiri. Sesuatu itu bila dikejar makin tak terkejar. Bila tidak mengejar, malah balik dikejar. Sabar itu harus berkorban, tetapi biasanya yang jadi korban mana bisa bersabar.

Saat Sehat apapun dimakan, begitu sakit makan enak apapun terasa hambar. Saat kerja, bermalas-malasan. Begitu jadi pengangguran sekalipun rajin, orang malas kasih kerjaan. Lucunya dunia, apa dunia yang lucu? Mentertawakan dunia, kemudian dunia mentertawakan kita. Inilah yang disebut Dian Dao Meng Xiang.....

Just Do Your Best

Jangan menyerah di saat kesuksesan itu tinggal beberapa langkah lagi. Jangan karena satu rintangan menggagalkan semua cita-cita yang ada.

Jangan patah semangat di saat tujuanmu hampir diraih. Terus berjuang lakukan yang terbaik, karena mereka yang terusik akan mengagalkan setiap langkah dan rencanamu.

Jangan gentar hanya karena satu suara sumbang menahan langkah kakimu, karena di sana terdapat suara-suara indah menantimu kemudian.

Jangan sia-siakan orang tua yang selalu bersama kita di saat senang maupun sedih. Ia akan selalu mendorong kita menuju kebahagiaan. Selalu mendoakan kita di saat kita sedang gundah. Selalu memberi

motivasi terindah untuk diri kita. Dan seandainya mereka telah tiada, mereka akan selalu memberkati dari alam bahagia di sana.

Jangan *down* hanya karena satu orang mencemarkan namamu. Bila semua itu adalah ketidakkebenaran, maka pencemaran itu ibarat lumpur yang dilempar ke hamparan lautan luas.

Jangan sampai menghentikan langkahmu, karena perjalanan masih jauh dan masih panjang. Mari berjuang dalam langkah pasti mengarungi samudera kehidupan. *Just do Your best*...

Fenomena

Saat semua berjalan dengan baik penuh ketenangan, kesabaran, dan keyakinan diri, apapun yang terlihat sulit bisa menjadi mudah.

Tetapi, saat diri kita panik, resah dan gelisah, emosi naik turun, perasaan terombang ambing, krisis percaya diri, apapun yang mudah dapat terlihat sangat rumit dan susah untuk dipecahkan.

Saat kita mengalami perasaan bahagia, semua hal yang tidak menyenangkan hanya akan dihadapi dengan senyuman, dan tidak menjadi beban di hati.

Saat kita mengalami perasaan galau, bimbang dan tidak bahagia, semua hal yang menyenangkan pun bisa menjadi masalah baru, dan salah berucap, maupun bersikap akan menjadi beban terbesar dalam hati.

Menurut orang bijaksana, semua fenomena, bukanlah fenomena, tetapi hanyalah fenomena. Artinya, semua fenomena itu ada, tetapi bentuk-bentuk perasaan, pikiran, dan keadaan dari kesadaran kita yang membuat semua fenomena itu menjadi mudah, rumit, ada atau tiada. Bila dicermati hakikatnya, sesungguhnya semua itu hanyalah fenomena biasa.

Lalu mengapa pengaruhnya menjadi luar biasa? Karena kemelekatan, ketidaktahuan dan keakuan.

Selama kita masih memiliki ketiga hal itu, wajar aja semua fenomena tetap menjadi fenomena yang membuat pusing kepala. Jadi senang, sedih, bahagia, menderita yah wajar apa adanya...

Masalahnya, mau membuat diri kita tambah bahagia atau menderita? Nah, pilihan ada di tangan kita sendiri. Hayooo apa pilihanmu?

Karma

Sejak dahulu sudah memiliki karma buruk, saat ini susah untuk membayarnya, masih berhutang karma buruk baru lagi. Hidup penuh ketidakjelasan, karena tidak pernah sadar untuk berubah.

Saat dahulu penuh kebencian, saat sekarang tak mau berubah, malah terus membenci, akhirnya tidak akan pernah bahagia.

Sejak dahulu sering berbuat jahat, sekarang banyak berbuat baik. Saat kemalangan menimpa, tetap masih ada orang yang membantunya, dan di sana masih ada jalan keluar.

Sejak dahulu memiliki cinta kasih, saat ini masih terasa penuh cinta, dan terus mengembangkan cinta kasih. Maka tak mengherankan jika ia akan terus disayangi

Sejak dahulu selalu berbuat baik, saat ini masih berbuat baik, selamanya akan terus terlindung oleh kebajikannya. Tidak perlu ragu untuk bertanya tentang siapa kita di masa lalu. Lihatlah masa sekarang dan rencanakanlah masa depan agar menjadi lebih baik lagi, karena apa yang kita kerjakan sekarang pasti akan membawa perubahan di masa mendatang.

Arti Hidup

Ada anak bertanya kepada ayahnya, “Papa, mengapa aku dilahirkan?”

Papanya menjawab karena kamu ada untuk kami. Kamu lahir dari rahim mama setelah melalui proses sembilan bulan sepuluh hari di dalam kandungan. Selama itulah kamu belajar bersabar, merasakan emosi mamamu, perasaan mama, dan apa yang mama pikirkan. Papa telah memberikan pelajaran tidak baik kepadamu selagi kamu dalam kandungan. Papa jarang pulang, menelantarkan mamamu dan sering bertengkar hebat dengan mamamu. Papa yang sering membentak mama, menyakiti mama. Mungkin kamu yang tidak bersalah mendengarkan dari dalam perut mamamu.

Apakah ini yang membuatmu lebih matang dalam menjalani kehidupan? Setelah kamu lahir, kamulah yang

membuat papa bertobat. Membuat papa tersadarkan. Saat dirimu lahir, papa melihat sebuah kehidupan, sebuah kesabaran, sebuah kemuliaan. Walau ada kekecewaan, ‘mengapa harus anak perempuan’?

Tetapi sekarang papa telah sadar. Kamu sangat manis, lucu, kamulah yang telah berhasil melembutkan hati papa, tangisanmu adalah tangisanku juga, ceriamu yang melenturkan semua syaraf-syarafku setelah lelah bekerja. Senyumanmu meluluhkan hati papamu yang sangat keras.

Papa berterima kasih atas kelahiranmu. Kamulah yang telah memberi pelajaran terindah bagi kehidupan ini. Papa tidak akan pernah menyakiti mamamu lagi. Papa tidak akan membuat susah kalian. Dan, papa akan selalu memberi yang terindah untuk kalian.

Jadilah anak yang berbakti, nak, karena kelak besar nanti, kau akan berarti bagi kami, bagi semua dan bagi bangsa ini. Jadilah srikandi yang tegar penuh cinta kasih, welas asih dan kasih sayang. Jangan tiru sifat papamu, tetapi lihatlah perjuangan mamamu di saat bangun dari keterpurukan, di saat bersabar dalam badai dan rintangan yang hampir merengut nyawanya. Demi kamu, mama bertahan sekokoh batu karang. Dan lihatlah, ia adalah bunga yang tetap cantik di dalam keluarga ini.

Anakku... berjuanglah demi kemanusiaan. Mulialah di tengah kemunafikan, dan sabarlah di tengah ketidak-sabaran. Berbuat untuk kebajikan adalah arti hidupmu.

Hidup bukan mencari masalah, karena masalah itu akan selalu datang sendiri, dan harus dihadapi untuk diselesaikan. Hidup harus mencari bahagia, karena bahagia tidak bisa datang sendiri. Bahagia harus dikondisikan, harus dijaga, dan sering dirasakan.

Cinta Jadi Benci

Dikatakan cinta bisa menjadi benci, tetapi mengapa benci tidak bisa menjadi cinta kembali?

Karena sewaktu cinta, semua terasa begitu indah dan bahagia, saling menjaga, saling menghargai, saling berbagi, kesannya dunia begitu indah. Tetapi saat hukum perubahan terjadi, cinta telah tumbuh menjadi kebencian. Saat itu lupa bahwa dulu pernah saling menyayangi, pernah bersama, pernah berjuang bersama, pernah menghadapi kesulitan dan kebahagiaan bersama. Tetapi karena keegoisan, harga diri, dan salah paham maka semua menjadi berubah.

Mengapa berubah?

Karena cinta tidak lagi terdapat di sana. Saling menyakiti, saling menjatuhkan, saling curiga, saling mem-

buat masalah. Kemudian, rasa benci tumbuh menganti-kan akar-akar cinta di hati. Lalu mengapa benci tidak dapat digantikan oleh cinta yang tumbuh kembali?

Karena saat seseorang membenci, akar-akar cinta itu dicabut, dan menjadi luka yang terdalam. Semakin kasar kita mencabutnya, semakin membuat luka di hati.

Sebenarnya, ini semua hanyalah perumpamaan.

Tidak ada akar cinta di hati, dan tidak ada hati yg dapat dilukai, kalau ada sakit liver namanya. Tetapi mengapa kita menganggapnya real? Ke'ego'an dan ke'aku'anlah yang menjadikan semua itu terjadi.

Kikis 'ego'. Lupakan sang 'aku'. Mari kita berdamai dalam kebencian.

Kegelapan Batin

Di saat melihat kebahagiaan, janganlah terpancing oleh hal-hal negatif yang bisa menghancurkannya.

Di saat melihat penderitaan, cepatlah berpaling dan menjauhinya. Jangan biarkan berlarut-larut di dalamnya. Saatnya menyatakan tekad untuk maju, melangkah dalam kepastian. Saatnya menyatakan selamat tinggal pada derita.

Hidup bukan mencari masalah, karena masalah itu akan selalu datang sendiri, dan harus dihadapi untuk diselesaikan. Hidup harus mencari bahagia, karena bahagia tidak bisa datang sendiri. Bahagia harus dikondisikan, harus dijaga, dan sering dirasakan.

Apakah sesungguhnya yang terjadi?

Senang dan sedih adalah satu paket kehidupan. Mengapa lebih banyak kesedihan yang dipertahankan dibanding kebahagiaan? Karena “ketidaktahuan” yang didasari oleh kegelapan batin.

Lalu manfaat apa yg didapat dari sebuah masalah? Kita akan semakin dewasa, matang dan bertambah kebijaksanaannya. Semoga demikian adanya.

Mari kita menuju kebahagiaan.

Impian

Orang China jaman dahulu kebanyakan tidak sekolah, bisa bicara tetapi tidak bisa baca tulis. Hanya kaum terpelajar yang punya kesempatan belajar. Pepatah China ada yang mengatakan, “Bagai orang bisu menceritakan Mimpinya.” Seandainya pada jaman itu terdapat orang bisu apalagi yang tidak bisa menulis, sudah pasti akan kesulitan menyampaikan pesan, kecuali dengan bahasa isyarat. Bila ia diminta untuk menjelaskan mimpinya kepada orang banyak yang tak mengerti bahasa isyarat, tentunya ia akan kesulitan menceritakan atau mengambarkan apa yang dilihat dan dirasakannya dalam mimpi. Tetapi, jaman sekarang sudah pasti tidak demikian. Banyak orang buta yang pandai menulis, apalagi orang bisu. Mereka mampu menjadi Penulis yang handal. Ia mampu untuk menulis dan mendeskripsikan mimpinya.

Impian bisa disebabkan oleh empat hal:

1. Hal-hal yang sering dipikirkan.
2. Anggota fisik yang terjepit saat tidur, atau saat sedang sakit.
3. Diberi mimpi oleh makhluk-makhluk tertentu.
4. Tidak ada sebab yang jelas, hanyalah Bunga Tidur.

Sebagai orang normal, kita sebenarnya sering bermimpi, tetapi sering lupa saat terbangun dari tidur. Walau ada juga mimpi-mimpi tertentu yang bisa diceritakan. Mimpi indah atau mimpi buruk, semua hanyalah mimpi. Mimpi juga bisa memberikan petunjuk, bisa juga tidak ada arti apa-apa, jadi tak perlu melekat dengan mimpi.

Bila mimpi hanyalah mimpi, tetapi kita harus memiliki IMPIAN dalam hidup ini. Bagi inovator, penemu, dan pemikir, juga seorang motivator, impian adalah sebuah peluang untuk menemukan hal baru dalam kehidupan.

Di Jaman Modern ini, siapa pun bisa memiliki impian untuk memotivasi diri dengan mengerahkan semua kemampuan yang kita miliki. Mereka yang cacat pun memiliki impiannya sendiri. Sah-sah saja bila memiliki impian, tetapi jangan sekedar menjadi pemimpi. Kita harus mewujudkan impian dengan berusaha dan melakukan terobosan baru di segala bidang. Semangat bekerja dengan penuh disiplin, berpikir *smart* dan inovatif untuk maju.

Bersyukur

Ada anak bertanya pada kakek tua yang membawa tongkat berjalan tertatih-tatih. Kakek ada nasihat apa hari ini:

Kakek itu berkata, saat kau mulai berjalan, tubuhmu belum seimbang masih sering jatuh bangun. Saat usia seperti kakek, justru tidak boleh jatuh. Persamaannya adalah harus pelan-pelan berjalan. Artinya, saat muda masih banyak harapan jatuh bangun masih semangat. Sudah tua tinggal menyesali semua perbuatan. Kalau jatuh, susah bangun kembali.

Saat remaja semua makanan kamu bisa memakannya. Saat dewasa, siapa pun lawan bisnismu akan kamu 'makan'. Saat sudah tua, banyak makanan enak pun tak bisa semua dimakan. Artinya, keinginan dan keinginan hanya menimbulkan keserakahan tetapi akhirnya

semua akan ditinggalkan, bagai gigi yang copot satu per satu.

Saat anak-anak bicara apapun, pasti penuh dengan keingintahuan dan kepolosan. Saat dewasa, bicara penuh kepalsuan dan kesombongan. Saat sudah tua, mau bicara apa pun tak ada yang mau mendengarkan karena suara sudah tidak lagi jelas. Artinya, untuk mampu menjadi yang terbaik, tidak perlu besar mulut, tetapi bicaralah yang berbobot hingga tanpa perlu bicara semua orang mampu mengerti maksud kita.

Saat melihat canda tawa anak-anak, semua orang begitu bahagia melihat keceriaannya. Saat dewasa, banyak yang bahagia melihat kejatuhan lawan dan musuh-musuhnya. Setelah tua, meratapi kejatuhan dirinya. Artinya, bahagia itu setiap saat. Jagalah sifat polos dan ceria sepanjang jaman. Jangan menertawakan orang lain. Tertawailah kebodohan diri sendiri, hinggga tua pun tetap tertawa bahagia walau sudah tiada gigi.

Semasih muda banyak bersyukur. Saat dewasa jangan takabur. Saat sudah tua, walau hanya bisa makan bubur tetapi tidak perlu takut alam kubur. Karena pembuat kebajikan akan selalu bahagia sepanjang masa. Walau sekarang buah kebajikannya belum masak, tetapi minimal tidak akan sampai benar-benar terdesak.

Air

Mengerti sifat 'Air' yang selalu mengalir dari atas ke bawah. Air tenang bukan berarti tidak bergerak. Sesuatu yang terlihat tenang pun masih terpengaruh oleh angin dan juga terus bergerak. Semua ada prosesnya. Pikiran yang tenang pun bukan berarti tidak bergerak, karena pikiran akan terus bergerak seperti air.

Air memiliki kelebihan dan kekuatannya. Semakin kencang tekanan yang diberikan, semakin besar kekuatan yang dihasilkan. Mereka yang sering menyirami tanaman paling mengerti kekuatan air yang mengalir melalui selang. Semakin kencang tekanan, semakin jauh dan kuat daya pancurnya. Sehingga perubahan kekuatan dan tekanan inilah yang digunakan untuk menghibur semua orang dengan air mancur yang bergerak dengan indahnya.

Air di lautan dengan ombaknya yang dahsyat, menerjang karang dengan kekuatannya dan tamparannya yang luar biasa. Ibarat pikiran dengan emosi yang meluap-luap dan meletup-letup, bisa menghancurkan apa saja dan siapa saja yang menghalanginya.

Belajar dari sifat air ini, manusia juga semakin tertekan atau ditekan, seharusnya semakin kuat daya juangnya. Tetapi, sayang hati dan jiwa kita terlalu lembut sering kali tidak kuat menahan tekanan. Belum berjuang, telah hancur dulu hatinya menghadapi segala tekanan hidup yang beraneka ragam. Tetapi, bukan berarti kita tidak bisa mengatasi dan melewati tekanan ini. Dengan membuka wawasan, memperluas dan membesarkan jiwa, hati, dan pikiran kita, maka tekanan yang berat pun semoga semakin berkurang.

Memang, tidak mudah untuk mencuci dan membersihkan pikiran kita sendiri. Kadang memerlukan kondisi lain untuk membuat pikiran menjadi tenang dan bahagia, contohnya hiburan dan rekreasi. Tetapi, tidak sedikit pula jenis hiburan yang malah mencemari pikiran itu sendiri. Belajar dari air, merenungi sifat air, dan belajar 'sambil menyelam minum air'. Semoga dapat membuat batinmu yang kering menjadi segar dan sejuk kembali, dibasahi air yang memberi kedamaian.

Batu Berharga

Seorang gadis menemukan sebuah batu kusam di jalan. Diambilnya batu itu. Setiap hari digosoknya dengan hati-hati. Batu yang bukan permata itu, setiap hari digosok dan terus digosok hingga bersinar gemilang. Suatu saat, ia membawanya ke tukang permata untuk digosok dan didesign sebagai liontin yang indah. Alangkah terkejutnya ia, di tangan ahli permata batu biasa itu berubah menyerupai batu permata, begitu berkilau dan indah. Gembiralah hatinya. Ia memamerkan batunya ke siapa pun yang ditemuinya. Semua orang mengira ia mengunakan batu permata yang mahal harganya, dan ia semakin percaya diri.

Suatu hari, didapatkannya batu itu terlepas dari ikatannya, tak tahu hilang di mana. Ia teramat sedih, tak nafsu makan dan tak lagi bersemangat. Sampai seorang kakek tua melihatnya dan bertanya kepadanya

tentang kesedihannya. Ia pun menceritakan semuanya. Kakek itu berkata, "Anakku, sebelum kamu menemukan batu itu, kamu adalah gadis yang periang. Dan setelah kau menemukan batu kusam yang sesungguhnya bukan milikmu, kau mengambil, merawat, dan menggosoknya, sampai mengkilat dan digosok oleh ahlinya menjadi batu yang sangat bagus sekali, itu adalah proses keberhasilanmu. Membuat batu biasa yang kusam menjadi sebuah benda yang terlihat berharga. Tetapi, sadariah bahwa itu adalah sebuah proses, batu itu tetap batu. Batu itu juga bukan milikmu, dan batu kilat asalnya dari sebuah batu biasa. Mengapa karena kehilangan batu kusam membuat wajahmu masam? Membuat cahaya wajahmu menghilang? Dan membuatmu menyia-yiakan waktu dengan bersedih?"

Lihatlah, di sekitarmu masih banyak batu-batu kusam yang dapat kau jadikan batu yang berkilat indah. Dan berbuatlah lebih banyak lagi karya indah yang akan membuat hari-harimu berseri dan wajahmu bersinar. Itu jauh lebih penting dibanding meratapi seonggok batu kusam yang hilang. Seketika cahaya terang meliputi dirinya. Sadar akan kebodohannya, gadis itu pun ceria kembali.

Sudah menemukan makna dari cerita ini? Bahagialah! semua ada prosesnya. Cerialah...

Jasa Orang Tua

Guru Buddha: Sekalipun mampu mengendong kedua orang tuamu dan mengelilingi dunia seumur hidupmu, tetap tidak akan mampu membalas jasa-jasa kebajikan mereka yang telah berjasa membesarkan kita.

Bagaimana kalau ada orang tua yang cuek kepada anak-anaknya? Pada dasarnya, tidak ada orang tua yang tidak perhatian dengan anak-anaknya. Mungkin mereka sudah pusing dengan permasalahan hidupnya sendiri. Memiliki pola pikir yang tidak sama, kesibukan dan tingginya aktivitas hidupnya, sehingga terkadang lupa bahwa anak juga membutuhkan kehadiran dan perhatian mereka. Sebagai anak bisa saja mengeluar-kan isi hati pada mereka.

Bila Orang Tua salah jalan, jahat dan tidak bijaksana, apakah anak-anak juga harus menghormati dan ber-

bakti kepada mereka? Secara teori Dharma, bila ada anak yang tidak berbakti kepada orang tuanya, maka akan menjalani banyak kesulitan ke depannya. Hubungan anak dan orang tua tidak akan pernah bisa putus atau diputuskan. Bila ada yang memutuskan hubungan anak dan orang tua, maka pintu surga pun tertutup baginya, demikian sebaliknya.

Semua orang bisa berubah, segalanya masih bisa diperbaiki. Hubungan yang rusak masih bisa dibenahi sebelum semuanya jatuh dalam penderitaan yang lebih dalam lagi. Membutuhkan kesabaran, kebijaksanaan dan membutuhkan jembatan penghubung antara orang tua dan anak. Anak pun bisa menjadi 'terang' bagi orang tuanya, anak pun bisa menjadi Bodhisattva bagi orang tuanya. Anak yang berbakti selain dapat memaafkan orang tuanya mungkin juga dapat membimbing orang tuanya.

Bila ada orang tua yang begitu benci dengan anaknya; sebagai seorang anak, doakanlah semoga gunung es di hati mereka dapat perlahan mencair, dan pancarkanlah cinta kasih, doa dan kasih sayang. Sekalipun lambat, semoga kebekuan di hatinya dapat segera mencair dan kebahagiaan dapat dirasakan.

Mari berbakti pada orang tua kita semua, rasakanlah surga sekarang juga. Renungilah sepanjang hari.

Siklus Kehidupan

Siklus kehidupan manusia, masih kecil dirawat dan disuapi. Semua kebutuhan dipenuhi orang tua. Bila menangis segera digendong. Sentuhan ibu adalah obat dari segalanya. Begitu hebatnya cinta seorang ibu.

Memasuki masa menjelang remaja, semua dilakukan sendiri. Sebagaian merasa kurang sentuhan. Disinilah masa-masa pencarian, selain mencari jati diri, juga mencari ilmu. Terkadang sampai jauh dari orang tua dan sudah jarang pulang ke rumah.

Setelah lulus dan memasuki dunia kerja, sibuk dengan bisnis, kerjaan, atau organisasi, sempat terlupakan keadaan orang tua kita. Apalagi bagi yang merantau, setahun sekali atau jarang sekali pulang mencari orang tuanya.

Tentunya harapan orang tua adalah anak-anak masih bisa kembali menjenguk mereka, bercanda dengan mereka. Bila mereka sudah semakin tua, uang bukan lagi segalanya. Tetapi, perasaaan bahagia saat melihat bakti anaknya dan sentuhan dari anak-anaknya adalah obat termanjur untuk mereka.

Saat mereka tua, tubuh mereka semakin rapuh, sudah tidak gesit seperti dulu, tidak bisa teliti dan telaten lagi seperti dulu. Semua serba terbatas. Apalagi yang orang tuanya sudah di kursi roda dan sakit-sakitan. Mereka hanya berharap anaknya ada yang bisa merawat dan mengurusnya. Membuat suasana rumah kembali penuh dengan kehangatan.

Akankah anak-anak mampu dengan sepenuh hati merawat orang tua seperti mereka merawat kita saat kecil? Setiap siang dan malam, orang tua tidak pernah hitungan untuk anak-anaknya. Lalu, mengapa ada anak yang masih hitung-hitungan merawat orang tuanya?

Mari luangkan waktu untuk orang tua, selagi mereka masih ada.

Mentari Bersinar

Selama mentari masih bersinar, selama itu pula kehidupan akan terus bersinar. Hidup akan terus bergulir, walau mau tidak mau harus menyadari pasang surut kehidupan seperti pasang surut gelombang laut, karena perubahan terang dan gelap bulan.

Jangan terlena dengan kebahagiaan, jangan terpuruk dalam kesedihan. Jangan pongah karena kebohongan yang diciptakan. Jangan sombong karena kelebihan. Jangan sedih karena kukurangan. Semua yang dilakukan melalui ucapan, perbuatan dan pikiran pasti akan membuahkan hasilnya, baik atau buruk tergantung apa yang kita lakukan.

Marilah menanam bibit-bibit bajikan, yang berbuah kebahagiaan, daripada menabur bibit kejahatan, kebohongan, dan kemunafikan. Karena senang tidak senang,

suka tidak suka semua akan berbuah.

Menjaga diri dan hati tetap semangat, penuh cinta kasih, maka kebijaksanaan akan terjaga dalam keseimbangan bathin.

Sulit memang tetapi mengapa tidak mau mencoba?
Bila telah dicoba dan ternyata seiring berjalannya waktu semua halangan dan rintangan dalam hidup ini pun berhasil di terlewati, saat itulah baru disadari ternyata kita memiliki kemampuan untuk mengatasi semua permasalahan yang ada, dan pada akhirnya kebahagiaan telah menjadi milik kita.

Walau semua itu masih bisa berubah, namun daya juang dan semangat hidup kita semakin hari semakin bertambah.

Mari kita bersama berjuang! Semangat!

Embun Surgawi

Gersangnya hati dapat menyebabkan kita garing, garang, dan tanpa sadar bisa menjadi garong. Mencuri, merusak, membunuh, melakukan perbuatan tercela dan destruktif adalah tindakan yang tak terpuji.

Bila kita atau keluarga terdekat yang menjadi korban, sudah tentu siapapun akan mengutuk pelakunya. Bila tiada insan manusia yang dapat menerima semua perbuatan tercela yang dilakukan oleh siapa pun, lalu mengapa kita tega melakukannya pada orang lain?

Bila kesejukan embun cinta kasih telah menguap kering dan hampir sulit dirasakan oleh kita semua, sudah saatnya kembali pada norma dan aturan yang ada, baik peraturan negara masyarakat maupun peraturan negara.

Bila rasa malu dan rasa takut akibat perbuatan buruk hampir punah, maka harus kembali lagi pada hati nurani. Bila batin ini telah kering, maka harus kembali ingat untuk mengairinya. Lalu bila agama tidak mampu untuk mengusir kekeringan di hati kita, apa lagi yang mampu untuk menjadi penyejuk hati?

Kedamaian dunia dan kesejukan hati adalah kondisi surga di dunia, mengapa kita harus menciptakan neraka dunia, baik untuk diri sendiri atau mengkondisikan bagi orang lain?

Semoga air *amrta* (Embun Surgawi) mampu menyejukkan hati kita semua dengan banyak berbuat baik, tidak berbuat kejahatan, dan mensucikan hati dan pikiran. Berbuat yang terbaik untuk sesama, dan menjadi pembimbing kegalauan bagi setiap insan.

Svaha...

Belenggu Dunia

Dunia yang membingungkan....

Kita tahu kesalahan dapat menyebabkan ketidakpuasan dan ketidakbahagiaan, tetapi kita paling sering melakukan kesalahan itu. Kita tahu bahwa kebahagiaan sesaat itu tidak abadi, dan menyebabkan derita berkepanjangan, tetapi kita sering menikmati kebahagiaan sesaat tersebut.

Kita tahu bahwa belenggu cinta dapat membuat seseorang semakin menderita, tetapi justru semakin banyak orang mengejar cinta dan terus terombang-ambing dalam permainannya.

Kita tahu kalau emosi, pikiran negatif, kesal, sedih, marah, dendam itu tidak akan pernah menyelesaikan masalah, justru akan menambah panjang deretan pen-

deritaan baru. Tetapi, karena gengsi dan harga diri kita terus bermain-main dalam ayunan perasaan, dan permainan ego yang berkepanjangan.

Kita tahu kalau perpisahan adalah sesuatu yang tidak menyenangkan. Seharusnya kita menjaga dan saling mempertahankan hubungan yang baik, tetapi kesalahpahaman, pertengkaran, dan perselisihan yang seharusnya dihindari malah semakin dipertajam dan diperuncing.

Mengapa?

Semua karena kebodohan batin. Memiliki kebodohan batin memang wajar selama kita belum tercerahkan. Tetapi, apakah harus menunggu penyesalan datang bertubi-tubi, atau sejak sekarang kita mulai belajar mencerahkan diri sendiri?

Mari berjuang bersama untuk menyadari kesalahan-kesalahan yang membingungkan agar tidak semakin tersesat dalam kebingungan.

Warna Warni

Bila sejak awal kutahu hidup itu tidak hanya hitam putih, maka diri ini tidak akan terus hidup dalam kegelapan dan ketidakjelasan hidup. Juga mungkin cahaya terang akan selalu hadir dalam setiap hari-hariku, walau harus dimulai dari sekedar mimpi, setidaknya harapan akan selalu ada disana.

Bila saja kutahu warna-warni hidup itu begitu indah, maka akan kulukiskan kanvas hidupku dengan warna yang cerah dan ceria. Setiap warna melambangkan sifat dan karakterku, setiap warna menorehkan isi hati dan perasaanku. Sehingga kusadari hidup itu penuh variasi dan terdapat makna dari semua itu.

Bila hidup itu adalah sebuah pelajaran, maka belajarlah mewarnai dan menggambarkan hidup ini agar penuh dengan dapat merasakan hidup dengan berbagai sudut

pandang dari berbagai sisi kehidupan.

Bila hidup itu adalah perjuangan, maka aku akan selalu berjuang untuk mengisi hidup dengan semangat. Penuh kesabaran, keuletan, dan kegigihan. Melihat halangan sebagai batu loncatan untuk maju. Melihat kesedihan sebagai kekuatan bagiku untuk meraih kebahagiaan.

Bila hidupku terasa bagaikan mimpi, aku akan segera bangun dari tidurku, dan mencubit tanganku. Ternyata hidup ini adalah kenyataan, boleh meraih impian, tetapi tidak terus-terusan terlelap dalam mimpiku. Kini saatnya untuk bangun, bangkit dan berjuang untuk maju.

Karena kini kusadari masa sekarang merupakan akibat dari masa lalu, tetapi masa depan ada di tanganku sendiri, yaitu momen ini, saat ini, kehidupan ini.

Bila dapat melihat hidup itu penuh keindahan, maka indahlah hari-harimu.

Aku adalah pemilik karmaku sendiri, pewaris karmaku sendiri, terlindung oleh karmaku sendiri, berhubungan dengan karmaku sendiri, maka apapun yang kulakukan itulah yang akan kuwarisi. Jadi jangan patah semangat teruslah berbuat kebajikan....

Semoga hal ini kerap kita renungkan...

Good Mood

Good morning with the good mood...

Rasanya memang indah didengar tetapi bagi sebagian orang agak sulit didapatkan. Mengapa? Ketika bangun tidur sudah penuh dengan harapan indah. Pikirannya masih sama dengan kondisi di alam mimpi, tetapi begitu tersadar apa yang masih harus dilakukan, apa yang belum dikerjakan, rasanya semua mimpi indah berubah menjadi kelabu, keceriaan berubah menjadi keterpaksaan.

Jadinya Saran dan Tips Untuk hari ini:
Awali harimu dengan senyuman yang terindah. Katakan pada semua orang, “selamat pagi dan tetap semangat!” Senyumanmu akan sangat besar artinya bagi mereka yang membutuhkan dorongan semangat serta otomastis akan menjadi pemacu dalam bekerja dan belajar. Tetap

semangat. Syukurilah apa yang telah kau kerjakan. Kerjakan apa yang masih belum kau kerjakan dengan suka cita dan penuh rasa tanggungjawab. Bersemangat-lah dalam menjalani hidup, maka kehidupan pun akan memberikan kau misteri yang tidak pernah kita dapat bayangkan, yakni misteri hidup yang penuh makna dan arti tentang hidup itu sendiri.

Senang maupun sulitnya suatu hal, hadapilah dengan mood yang baik. Gunakan akal sehatmu daripada hanya sekedar mengikuti perasaan yang tidak jelas ujungnya. Ubah kebiasaan mengeluh menjadi kebiasaan me'luluh'. Artinya, luluhkan kekerasan hatimu dan kembangkan jiwa yang besar untuk menjadi orang Besar!

Bangunlah! Buka mata. Bangun dari tidur lelapmu. Tinggalkan semua mimpi. Jalanilah hari ini dengan semangat baru, harapan baru, dan senyumanmu untuk memulai pekerjaanmu, membuat bunga di hatimu terus tumbuh dan merekah menghiasi relung hatimu.

Yang sedang bekerja, berikanlah yang terbaik untuk semua. Layanilah mereka dengan sepenuh hati. Bekerjalah dengan suka cita, maka lingkungan kerjamu akan bernuansa lebih ceria dengan senyuman yang merekah dari bibirmu. Semoga yang sedang sedih akan berubah menjadi lebih ceria, dan hidupnya akan berubah menjadi lebih berwarna dalam menjalani hari-harinya.

Tersenyumlah

Seberat apapun beban yang dimiliki, tersenyumlah, tertawalah, dan belajar melepas semua beban itu. Semakin dipikirkan bukan semakin meringankan, malah semakin menambah beban baru.

Sedalam apa pun luka di hatimu, tersenyumlah, tertawalah, dan belajar untuk mengobati dan berbesar hati. Semakin bermain perasaan, semakin dalam lukanya, dan malah akan memperburuk keadaan.

Sejelek apa pun mood di hari ini, tersenyumlah, tertawalah, dan belajar untuk menghargai setiap momen yang ada. Semakin jelek moodnya bukan semakin indah dunia, malah hilang kesempatan yang baik untuk kita jalani.

Di dunia ini ada begitu banyak mereka yang kekurangan,

tetapi selalu bersyukur, merasa puas, dan bahagia bersama orang yang dicintai. Hal ini disebabkan karena mereka hanyalah kekurangan materi, bukan kekurangan cinta.

Senyum atau tertawa bukan monopoli orang kaya atau orang sukses. Senyum dan tawa adalah milik semua orang. Orang yang paling menderita sekalipun masih bisa tersenyum dan tertawa dengan lepas. Orang yang paling kaya di dunia sekali pun belum tentu bisa tertawa, tersenyum lepas dan bahagia.

Senyumlah.

Senyumanmu dapat menghibur banyak orang, memberikan dorongan dan semangat bagi orang di sekitarmu.

Tertawalah, bila dengan tertawa kita dapat melepaskan dan melupakan semua beban di pikiran kita. Tersenyumlah dan tertawalah selagi masih gratis dan belum dilarang...

Proses Kehidupan

Tiada yang tahu proses kehidupan dan kapan kematian itu menjelang, serta bagaimana kejadiannya. Yang jelas, sejak kita dilahirkan semua memiliki karmanya sendiri. Kita melanjutkan kehidupan dan menjalani semua prosesnya dengan sebaik-baiknya.

Semua ada jalannya. Semua ada sebab dan akibatnya. Siapa pembuat kebajikan, tidak perlu takut akan akibat dari kebajikan itu sendiri. Dan pembuat kejahatan harus waspada dengan perbuatannya sendiri. Cepat atau lambat semua perbuatan baik atau buruk akan berbuah dan kembali pada pembuatnya.

Hidup memang penuh dengan fenomena, tetapi tidak perlu melekat dengan segala fenomena. Jalani saja sebaik-baiknya. Bahagia dan bersyukur setiap saat, tersenyum dan tertawa untuk menghibur hati yang lara dan

agar semua mahluk juga ikut berbahagia. Jalani dengan suka cita, maka kebahagiaan akan selalu mengikuti kita. Malulah berbuat jahat, tetapi takutlah akan akibat perbuatan jahat. Jangan malu berbuat baik,dan tidak perlu takut akan kekurangan jalan terang selama memperbaiki diri untuk arah yang lebih terang dan damai ke depannya. Jangan malu untuk berubah ke arah yang lebih baik lagi.

Banyak berita tentang ketidakpastian hidup di hari ini. Ada beberapa sahabat, kerabat, saudara dan teman yang kehilangan orang yang dicintainya. Semoga semuanya diberikan ketegaran dan kekuatan untuk menjalani hari-hari ke depan. Dan semoga perbuatan baik yang dilakukan akan berbuah kebahagiaan bagi yang ditinggalkan dan bagi yang meninggalkan.

Semoga semua makhluk hidup berbahagia.

Jauh dibilang dekat, dekat dibilang jauh...

Sesungguhnya hanya karena ada kepentingan atau tidak ada kepentingan, menarik atau tidak menarik, senang atau tidak senang terhadap sesuatu, karena jarak tidak pernah menghalangi seseorang untuk berkorban menempuhnya. Hanya masalah mau atau tidak mau.

Sayangilah dirimu,
Sayangilah orang di sekitarmu,
Sebarkan bibit-bibit cinta,
Penuhilah bumi dengan cinta.

Mudita Center berdiri sejak 2007 dan diresmikan 10 Oktober 2010, sebagai tempat umat Buddha melatih diri, pembinaan generasi muda buddhis, dan pendalaman Buddha Dharma. Visi dan Misinya bergerak di Bidang Pendidikan dan Sosial.

Kegiatan Rutin :

Kebaktian Minggu Mandarin 08.08-10.10 WIB
Kebaktian Sekolah Minggu Anak 08.08-10.10 WIB
Kebaktian Sansekerta Minggu 10.10-12.00 WIB
Kebaktian Upavasattha 19.00-20.30 WIB
Nian Fo dan Meditasi. Kamis 19.30-21.00 WIB
Dharma Class Jumat 19.30-21.00 WIB
Da Bei Zhou 21 setiap Senin-Sabtu 19.00-19.30 WIB

Dalam bidang pendidikan Mudita Center mempunyai misi membangun sekolah, yang dimulai dari program Mudita Love Children (MLC) yaitu program anak asuh Buddhis yang berprestasi dari mereka yang mengalami kesulitan dalam melanjutkan jenjang pendidikannya. Sampai saat ini Mudita Love Children Pusat sudah memiliki cabang MLC Tangerang, Jambi dan Jakarta Barat.

Dalam Bidang Kesehatan, misi ke depannya memiliki Rumah Sakit Buddhis. Dimulai dengan adanya Balai Pengobatan Mudita Dan kegiatan sosial kesehatan lainnya.

Mari ber'mudita' bersama Mudita Center

Be A Bodhisattva for Your Self and The Others

SEBENARNYA KEHIDUPAN ITU TIDAK ADA YANG RAHASIA. HANYA KARENA TERTUTUP OLEH KEKOTORAN BATIN DAN TERSEMBUNYI DALAM KETIDAKTAHUAN. BETAPA LELAHNYA SANG PIKIRAN YANG TERUS MENCARI JAWABAN KELUAR DARI DALAM DIRI, PADAHAL KUNCI DARI SEMUA ITU TELAH ADA DI DALAM DIRI.

MENGAPA TERUS MENGEMBARA MENCARINYA? BILA SAJA KITA MAU MENGUBAH CARA BERPIKIR, MENCOBA MELIHAT KE DALAM DIRI, DAPAT MENERIMA KENYATAAN HIDUP APA ADANYA, DAN PENCERAHAN-PENCERAHAN KECIL BISA KITA DAPATKAN BERUPA KUNCI-KUNCI KEHIDUPAN UNTUK MEMBUKA HARTA KARUN DI DALAM HATI.

-SHI NENG XIU (BHIKSU SAKYA SUGATA)-

Copyright by :

MUDITA CENTER

Jl. Bisma Raya Blok A No.68, Sunter Agung
Jakarta Utara 14350
P : +6221 65305315, F : +6221 65305314
Sms Center : +6281808 MUDITA (683482)
Email : mudita.center@yahoo.com
www.muditacenter.com